

# ناممکن روحانی مشکلات لا علاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

لاہور

## ماہنامہ عبقری®

اکتوبر 2008ء بمطابق شوال 1429 ہجری

بازوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

یا عَلَیْمُ کے ہوشربا کمالات

دیسی گچی سے الرجی اور ناک کی بڑھی ہوئی ہڈی کا علاج

کھجور ٹانگ، دوا اور غذا

حضرت مولانا شاہ فضل الرحمن گنج مراد آبادی کے وظائف و عملیات

بیوٹی پارلر ز خطرناک ہیں

زندگی کی خاطر دوڑیے

ڈاکو اندھے ہو گئے

مسرت انگیز ازدواجی زندگی کے چھ اصول

شوال میں عبادت کی راتیں، سعادت کے دن

جنسی جذبات مردہ ہونے سے بچائیں

اکتوبر کی احتیاطی تدابیر اور مفید غذائیں

بولتی زبان اچانک چھن گئی



## فہرست مضامین

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
(20)	جسمانی بیماریوں کا شرعی علاج	(2)	پیغام قرآن، فرمان رسول ﷺ، حال دل
(22)	نفلوں کی کہانی	(3)	درس دعوت
(23)	اکتوبر کی اسلامی تدابیر اور مفید غذائیں	(4)	کھجور، تاک، دودھ اور غذا
(24)	معانی باپ کی المناک داستان	(5)	بیوی پارلر خطرناک ہیں
(25)	ڈاکٹر احمد سے ہو گئے	(6)	جنسی جذبات مردہ ہونے سے بچائیں
(26)	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج	(7)	شوال میں عبادت کی راتیں، سعادت کدین
(28)	یو ایس ای	(8)	قانون سے بھرپور زندگی
(29)	بچے کا رنگ سفید اور سر پر بال نہیں تھے	(9)	سرت انگیز ازدواجی زندگی کے چار اصول
(30)	کالی دنیا کالے حال اور زلی کالی مشکلات کا	(10)	قارئین کے سوال، قارئین کے جواب
	زوال اور قرآنی طاقت کا کمال	(11)	تذکرہ چند بڑے آدمیوں کا
(31)	یا علیہم کے ہوشربا کمالات	(12)	خواتین پر چھٹی ہیں؟
(32)	آپ کا خواب اور تعبیر	(13)	لبے بال خوبصورتی کی علامت
(33)	زندگی کی خاطر دوڑیں	(14)	حضرت مولانا شاہ فضل الرحمن رنج مراد آبادی
(34)	قارئین کی خصوصی تحریریں	(15)	اپنے بچے کا حوصلہ بلند رکھیں
(36)	بولتی زبان اچانک جھمن گئی	(16)	اللہ مہربان تو مل جہاں مہربان
(37)	بھائی جات	(17)	دیکھی گئی سے الرہی اور تاک کی بڑی ہوئی
(38)	بھائی جات		بڑی کا علاج
(39)	ماہیں اور علاج مریضوں کے لیے آزمودہ	(18)	نفسیاتی گمراہی، بھینس اور آزمودہ نفسی علاج
	اور پرتامیر وادیں	(19)	ایک عجب ممل سے میری کامیابی

ایجنسی، ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زمرہ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات  
پیر، منگل، بدھ، جمعرات  
(عمر سے غرب کے درمیان)

### ضروری اطلاع

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ  
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے  
موبائل نمبر: 0321-4343500 روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض  
کراچی عیادت کے لیے رابطہ: 0300-3218560 حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد  
اسلام آباد عیادت کے لیے: 051-5539815 کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید  
موبائل: 0333-5648351 ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

عَبْقَرِيَّ حَسَانٍ لِّمَا تَى الْآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَنِ ﴿١٠﴾ القرآن

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہؒ، جویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

شاہدیت حضرت مولانا محمد عبداللہ مفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد حکیم صدیقی مدظلہ (بھلت)

شمارہ نمبر 4 جلد نمبر 3 اکتوبر 2008 برطانیق شوال 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

لاہور

اکتوبر

2008ء

عَبْقَرِيَّ  
ماہنامہ  
مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ ایچ۔ ڈی (امریکہ)

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تاج الہی شمس، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

گھر پر پہلے اسے پڑھیں: اگر آپ "ماہنامہ" عبقری کا اجراء کرنا چاہتے ہیں تو اس کا زمرہ سالانہ 240/- روپے ہے۔ اور ہر سالہ کے بیرون ملک لافا پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زمرہ سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی 240/- روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لافا آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ کم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گزارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار بار ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ پیش ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت۔

دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چوکی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website: www.ubqari.net



## پیغام قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد پاک ہے: جو لوگ اپنا مال اللہ تعالیٰ کی راہ میں خرچ کرتے ہیں ان (کے مال) کی مثال اس دانہ کی سی ہے جس سے سات بالیں اُگیں اور ہر ایک ایک بالی میں سو سودانے ہوں اور اللہ تعالیٰ جس (کے مال) کو چاہتا ہے زیادہ کرتا ہے اور اللہ تعالیٰ بڑا فیاض اور بڑے علم والا ہے۔  
(سورہ بقرہ آیت نمبر 261)

## فرمان رسول ﷺ

حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جو مسلمان کسی مسلمان کو کپڑا پہناتا ہے تو جب تک پہننے والے کے بدن پر اس کپڑے کا ایک ٹکڑا بھی رہتا ہے، پہنانے والا اللہ تعالیٰ کی حفاظت میں رہتا ہے۔  
(ترمذی)

## حالِ دل ایڈیٹر کے قلم سے جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

اعتراض بعض لوگوں کے مزاج میں ہوتا ہے۔ کم لوگ ہیں جو امت کے ہر فرد کے ساتھ درگزر کا معاملہ کرتے ہیں۔ اعتراض کے نقصانات کیا ہیں؟ چند واقعات ملاحظہ فرمائیں۔ بندہ کے آبائی گھر کے قریب ایک کمپاؤنڈ رڈ اکٹرز رہتے ہیں اور کلینک بھی قریب ہے۔ چند بار ان سے ملنے اور ان کے پاس بیٹھنے کا اتفاق ہوا۔ وہ تقریباً ہر راہ گزرنے والے تک کو معاف نہیں کرتے حالانکہ اس راہ گزرنے والے سے دور کا واسطہ تک نہیں ہوگا لیکن اس بندہ خدا پر کوئی نہ کوئی اعتراض ضرور ہوگا۔ اُن کے پاس کوئی بیٹھا پھر اٹھ کر گیا تو جو زبان پہلے اس کی تعریف کر رہی تھی وہی زبان اس کی غیبت اور اعتراض میں لگ جائے گی۔ اس طرح کے کچھ اور لوگوں کو بھی جانتا ہوں پھر اس کا انجام کیا ہوا؟ وہ ڈاکٹر صاحب کسی نہ کسی مرض اور آسانی، زمینی آفت میں ضرور مبتلا رہتے ہیں۔ بیماری، معاشی پریشانی، تنگ دستی ہر وقت ان کے ساتھ رہتی ہیں۔ بعض اوقات اچانک بے ہوش ہو جاتے ہیں۔ کچھ علم نہیں کہ مرض کیا اور تکلیف کیا ہے؟ ایک بزرگ صفت نے اس کی وجہ بتائی کہ یہ ہر شخص پر اعتراض کرتے ہیں اللہ تعالیٰ نے زندگی سے چین، سکون، برکت اور عافیت چھین لی ہے۔ جو بھی حادثات ہمیں نظر آ رہے ہیں وہ دراصل اس کے بُرے دل کا عکس ہیں۔ جو دل میں ہوتا ہے وہی عالم میں نظر آتا ہے۔

میرے پردوں میں ایک صاحب شکایتی مزاج رکھتے ہیں۔ انہیں ہر شخص سے اعتراض ہے یا پھر وہ کسی نہ کسی کے خلاف درخواست دیتے رہتے ہیں۔ لوگ پریشان ہیں کہ اس کا کیا حل ہے؟ یقیناً جاپے وہ صاحب خوشیاں نہیں بانٹتے بلکہ دکھ اور کانٹے بکھیرتے ہیں۔ یہ نظام زیادہ عرصہ نہیں چل سکتا۔ آخر کار انجام بد ہی ہوتا ہے۔ وہی ہوا جس کا خطرہ تھا۔ وہ سالہا سال اپنی روش پر ڈٹے رہے ہر شخص کو تنقید اور اعتراض کا نشانہ بناتے رہے اور پھر حقیقہ مار کر اپنے کارنامے سناتے۔ قریب اور دور والا ہر شخص ان سے اندرونی طور پر شکی لیکن شر سے بچنے کے خوف کی وجہ سے ان کی ہاں میں ہاں ملاتے۔

اب مشکلات، مسائل اور امراض ان کے ارد گرد منڈلانے لگے۔ ایک مشکل سے نکلے تو دوسری جب دوسری سے نکلے تو تیسری میں مبتلا ہو گئے۔ حتیٰ کہ دماغی نظام آدھ ہو گیا اور معاشرے پر بوجھ بن گئے۔

ہم اپنا موازنہ کریں کیا ہم بھی معاشرے پر بوجھ بننا چاہتے ہیں یا اپنے نیک عملوں سے ارد گرد خوشبو بکھیرنا چاہتے ہیں۔ فیصلہ آپ خود کریں۔



# درس ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص استغفار میں لگا رہے اللہ جل شانہ اس کے لیے ہر دشواری سے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں۔

## بے گمان رزق پائیے

کیا عجیب روایت ہے کہ جس شخص کے عمل سے پہلے اور عمل کے بعد بھی استغفار ہو تو یہ ہو، ندامت ہو تو اللہ جل شانہ اس کے درمیان جو کچھ ہے اس کو قبول فرما لیتے ہیں اور اس کو بخش دیتے ہیں۔ کثرت استغفار سے جہاں گناہوں کی معافی ہے وہاں دنیا کے مسائل کا بھی حل ہے۔ ابن عباسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص استغفار میں لگا رہے، اللہ جل شانہ اس کے لیے ہر دشواری سے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں۔ ہر فکر کو اس سے ہٹا کر کشادگی فرما دیتے ہیں اور اس کو ایسی جگہ سے رزق عطا فرماتے ہیں جہاں سے اس کا گمان اور دھیان بھی نہیں ہوتا اور اس کا تصور بھی نہیں ہوتا۔ پھر سنیں فرمایا کہ جو شخص استغفار میں لگا رہے گا اللہ جل شانہ اس کے لیے ہر دشواری سے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں اور ہر فکر کو ہٹا کر اللہ جل شانہ اس کے لیے کشادگی فرمائیں گے۔ اس کے لیے راہیں کھول دیں گے۔ جو استغفار کرتا ہے ندامت کرتا اللہ جل شانہ اس کو ایسی جگہ سے رزق عطا فرماتے ہیں جہاں سے اس کا دھیان بھی نہیں ہوتا اور اس کا گمان بھی نہیں ہوتا۔ سوچیں تو سہی ہمیں کتنا استغفار کرنا چاہیے۔ حضرت حسن بصریؒ بہت بڑے تابعی تھے۔ دیوبند کے ولی تھے۔ وقت کے قطب ابدال تھے۔ اللہ کے نیک بندے تھے۔ حضرت ام سلمیٰؓ ام المؤمنین کا دودھ پیتا تھا اور سرور کوئین ﷺ کا دور پایا اور چھوٹے ہونے کی وجہ سے حضور ﷺ کی زیارت نہیں کی تھی۔ اس لیے تابعی تھے۔ کسی نے قسط سالی اور بارش نہ ہونے کی شکایت کی، فرمایا استغفار کرو۔ ایک دوسرا بندہ آیا اس نے تنگ دستی کی شکایت کی کہ پیسے نہیں، کاروبار برباد، ہر چیز ختم۔ فرمایا استغفار کرو، تیسرا آدمی آیا کہنے لگا میری اولاد ہی نہیں ہے کہ اللہ نے نعمتیں دی ہیں مگر اولاد ہی نہیں ہے میں چاہتا ہوں کہ میرا کوئی وارث ہو تو فرمایا استغفار کرو۔ چوتھا آدمی آیا اس نے کہا میری زمین کی پیداوار میں کمی ہے فصل صحیح نہیں ہوتی۔ آپؐ نے فرمایا استغفار کرو۔ آپؐ کے ساتھ آپؐ کے مریدین بیٹھے تھے۔ انہوں نے کہا شیخ آج ہم نے

دیکھا کہ آپؐ کے پاس چار آدمی آئے اور آپؐ نے ہر کسی کو استغفار کے لیے فرمایا تو آپؐ نے قرآن کی وہ آیت پڑھی جس کا ترجمہ یہ ہے کہ ”وہ تم پر بارش بھیجے گا۔ تمہارے مال، اولاد میں ترقی دیگا۔ تمہارے لیے باغ بنائے گا اور تمہارے لیے نہریں جاری فرمائے گا۔“ وہ چار چیزیں جن کو فرمایا اس آیت میں ان چیزوں کا وعدہ ہے۔ اس لیے کہتے ہیں جس کے بیٹا نہیں وہ استغفار کثرت سے کرے۔ جس کی اولاد نافرمان ہے۔ وہ استغفار کثرت سے کرے کہ الہی میرے گناہوں کے اثرات میری اولاد پر ہیں۔ فرمایا جو عورت حاملہ ہو وہ اللہ سے استغفار اور توبہ کرتی رہے، اللہ جل شانہ صالح بیٹا عطا فرمائیں گے، صالح اولاد عطا فرمائیں گے۔ رزق کی پریشانی، مالی پریشانی، معاشی پریشانی، مشکلات میں گھرا ہوا ہو، مسائل میں گھرا ہوا ہو، استغفار کرے، ندامت کرے، گناہوں سے بچے۔ جو بچہ چکا اس پر معافی مانگے اور آئندہ سے احتیاط کرے۔ اس پر اللہ جل شانہ اس کے ساتھ کرم، عافیت اور فضل کا معاملہ فرمائیں گے یہ ”رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ“ (سورہ المؤمنون آیت نمبر 118) یہ استغفار ہے۔ ”اللَّهُمَّ غْفِرْ لِي“۔ یہ استغفار ہے۔ ”نَسْتَغْفِرُكَ وَتَتُوبُ إِلَيْكَ“ یہ استغفار ہے۔ ”أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَتَتُوبُ إِلَيْهِ“ یہ استغفار ہے۔ میرے دوستو آج ضرورت ہے اس چیز کی۔ ہمارے گناہوں کی وجہ سے ہمارا رب ناراض ہے۔ رب بہت ناراض ہے۔ اس کی ناراضگی کی علامات یہی ہیں۔ آج پوری دنیا میں، پورے عالم میں ہنگامے ہیں۔ گھر گھر میں ہنگامے ہیں۔ کاروبار میں ہنگامے، بے چینی، بے قراری اور بے سکونی کا ایک نظام ہے۔ کچھ ہے تو پریشان اور نہیں ہے تو پریشان۔ کچھ ملا تو پریشان اور چھن گیا تو پریشان۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ آج ندامت کی کمی ہے۔ استغفار کی کمی ہے۔ جب بندے کے مزاج میں گڑبڑ آتا ہے۔ جب بندے کے مزاج میں ندامت آتی ہے تو اس پر اللہ کو بڑا ترس آتا ہے اور میرے رب کو اس

پر بڑا رحم آتا ہے۔ میں نے آپ کو مثال دی ہے کہ گھر کا کوئی بڑا یا بادشاہ یا والد یا کوئی سردار یا استاد اگر وہ ناراض ہو تو اس کو آپ لاکھ ہدیے دو لیکن ایک سب سے بڑا ہدیہ ہے کہ معافی مانگ لیں اور معافی بھی ایسی کہ آئندہ نہیں کرونگا ایسی معافی۔ جب یہ معافی ہو تو پھر ایک ثانی دید و تودہ بہت بڑی سونے کی ڈلی سے زیادہ قیمتی ہوگی۔ اگر معافی نہیں مانگی اور سونے کی ڈلی دواں کی قیمت ثانی سے زیادہ نہیں بڑھے گی۔

## بہترین فائدہ

اللہ جل شانہ نے آج موقع دیا ہے۔ استغفار کا ایک اور بہترین فائدہ یہ ہے کہ بالفرض اگر کسی کی زندگی کے دن گنے جا چکے ہیں اور اس کی ساری زندگی مشکلات میں، تنگدستی میں، پریشانی میں، مسائل میں، مصائب میں گزری۔ اب اگر اس نے استغفار کا سلسلہ شروع کر دیا اور گناہوں سے احتیاط کی اور جو ہو چکے اس پر استغفار کیا۔ تو اس کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہوگا کہ دنیا کی زندگی تو جیسے تیسے گزر گئی، اللہ اس کو آخرت کی بربادی سے بچالیں گے اور یاد رکھیں مومن کے لیے سب سے پہلے آخرت ہے پھر بعد میں دنیا ہے اور اگر یہ آخرت کی بربادی سے بچ گیا تو یقین جانیے اس سے بڑا کامیاب ہی کوئی نہیں۔ تو آج سے میرے دوستو اپنے اندر کی ندامت، اللہ جل شانہ سے گڑبڑ اٹا اور استغفار کرنا اس کو اپنے ذمے لے لیں۔ جب ہمارے بڑے بیعت کرتے ہیں تو صبح و شام کی تین تسبیحات بتاتے ہیں ایک درود شریف کی تسبیح، (سرور کوئین ﷺ کے احسانات کو سامنے رکھتے ہوئے) ایک تیسرے کلمے کی تسبیح (اللہ جل شانہ کی عظمت کو سامنے رکھتے ہوئے) اور ایک استغفار کی تسبیح (اپنے گناہوں پر ندامت کرتے ہوئے) اور یہ کم از کم تسبیحات ہیں۔

## اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل اور جمعرات کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت واس“ میں حکیم صاحب کادر مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔



## گورنر کا احتساب

امیر المومنینؑ نے عیاض بن غنم کو موٹا لباس پہنایا اور حکم دیا کہ بیت المال کی بکریاں چرا لیں، عیاض کو تسلیم کرنا پڑا۔ حضرت عمر فاروقؓ نے گورنروں اور دیگر اعلیٰ حکام کے محاسبہ کیلئے ایک ادارہ قائم کیا اور محمد بن مسلمہ انصاری کو اس کا سربراہ مقرر کیا۔ اس دور میں گورنروں اور دیگر عہدیداروں کا احتساب آسان کام نہ تھا کیونکہ ان میں بلند پایہ صحابیؓ بھی تھے۔ لیکن حضرت محمد بن مسلمہ انصاریؓ نے اپنی ذمہ داری بڑی خوش اسلوبی اور بے خوفی سے نبھائی۔

ایک دفعہ حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اطلاع ملی کہ مصر کا گورنر عیاض بن غنم باریک کپڑے پہنتا ہے۔ اور اس کے دروازے پر دربان مقرر ہے۔ جس کی وجہ سے عوام الناس اس تک پہنچ نہیں پاتے۔ چنانچہ انہوں نے حضرت محمد بن مسلمہؓ کو حکم دیا کہ وہ مصر جائیں اور عیاض بن غنم جس حالت میں بھی ملے اسے ساتھ لے آئیں۔ حضرت محمد بن مسلمہؓ مصر گئے تو دیکھا کہ گورنر کے دروازے پر واقعتاً دربان کھڑا تھا اور گورنر نے باریک لباس پہن رکھا تھا۔

حضرت محمد بن مسلمہؓ نے عیاض بن غنم کو حضرت عمر کا پیغام پہنچایا اور ساتھ چلنے کو کہا۔ عیاض نے کپڑے بدلنے یا کم از کم قبا پہننے کی اجازت چاہی مگر وہ نہ مانے اور اسی حالت میں ساتھ لے آئے اور حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے سامنے پیش کر دیا۔ امیر المومنینؑ نے عیاض بن غنم کو موٹا لباس پہنایا اور حکم دیا کہ بیت المال کی بکریاں چرا لیں۔ عیاض کو حکم تسلیم کرنا پڑا مگر بار بار کہتے: ”اس سے تو مر جانا بہتر ہے۔“ حضرت عمرؓ نے فرمایا اس میں رسوائی کی کون سی بات ہے؟ تمہارا باپ بھی تو بکریاں چرا کرتا تھا اس لئے اسے غنم کہتے تھے۔

### (تریاق بلد شوگر)

مغزیادام شیریں 250 گرام، سناسکی 120 گرام، الائچی خورد 60 گرام، تمام اجزاء کو کوٹ پیس کر یک جان کر کے محفوظ کر لیں۔ 2 تا 3 ماشیج وشام ہمراہ پانی دیں۔ ان شاء اللہ ایک ہفتہ میں خریض صحت یاب ہوگا۔ سناسکی اگر سعودیہ سے منگوائیں تو متاع سو فیصد ہیں۔ ورنہ پاکستان کے ہر پینسار سنور سے مل جاتی ہے۔ (مرسلہ اللہ دتہ چشتی نظامی۔ خانیوال)

پتہ پوری نورا احمد نذر

## کھجور ٹانک، دوا اور غذا

بہتر اور صاف ستھری کھجور تناول کرنی چاہیے۔ کمزور دل کیلئے کھجور کا پانی بڑا موثر علاج ہے۔ رات بھر پانی میں بھگوئی ہوئی کھجوریں اگلی صبح گھسلیاں نکال کر اس پانی میں پچل کر ہفتہ میں کم از کم دو دفعہ استعمال کرنا دل کو بہت تقویت دیتا ہے۔

کھجور کے طبی فوائد:-

ا: موثر جلاب کی تاثیر حاصل کرنے کیلئے مٹھی بھر کھجوریں رات کو پانی میں بھگو دی جائیں۔ اگلی صبح ان کو اچھی طرح ملا کر شربت بنالیا جاتا ہے۔ یہ شربت پینے سے اجابت جلاب کی مانند ہوتی ہے۔

کھجور کے اجزاء مرکب:-

کھجور کے ایک سو گرام خوردنی حصے میں 15.3 فیصد پانی، 2.5 فیصد پروٹین، 0.4 فیصد چکنائی، 2.1 فیصد معدنی اجزاء، 3.9 فیصد ریشے اور 75.8 فیصد کاربوہائیڈریٹس پائے جاتے ہیں۔ اس کے معدنی اور حیاتی اجزاء میں کیشیم 120 ملی گرام، فاسفورس 50 ملی گرام، آئرن 7.3 ملی گرام، وٹامن سی 3 ملی گرام اور کچھ مقدار میں وٹامن بی کمپلیکس ہوتے ہیں اس کی غذائی صلاحیت ایک سو گرام میں 315 کیلو ری ہے

کھانے کی احتیاط:-

بہتر اور صاف ستھری کھجور تناول کرنی چاہیے۔ اس کی لیسیدار سطح پر مٹی اور دیگر آلودگیاں چٹ جاتی ہیں اس لیے کھانے سے پہلے کھجور کو صاف پانی سے دھولینا چاہیے۔ خریدتے وقت دیکھ لینا چاہیے کہ اس کی محفوظ بیکنگ ہوئی ہے۔ کئی بیجے والے بغیر ڈھانچے کھلے بندوں ریڑھیوں پر لگائے ہوتے ہیں جس سے کھجور آلودہ ہو جاتی ہے۔ بعض لوگ اسے دودھ کیساتھ بھی کھاتے ہیں جس سے زبردست غذائی افادیت پیدا ہوتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

### ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں:

ملک بھر سے ”ماہنامہ عبقری“ کی ایجنسی حاصل کرنے کے خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور اپنی ذمہ داریاں اسی پتہ پر رابطہ فرمائیں:

حکیم صاحب کی تمام کتب ادارہ اشاعت الخیر پر دستیاب ہیں

ادارہ اشاعت الخیر

اردو بازار۔ بیرون بوہڑ گٹ، ملتان

فون: 061 4514929-0300-7301239

کھجور کے بہت سے طبی فائدے ہیں یہ انتہائی اعلیٰ غذائی اجزاء رکھنے والا پھل ہے اس نعت عظمیٰ کے فائدے زیر تحریر لائے جاتے ہیں۔

الف: گلوکوز اور فروکٹوز کی صورت میں قدرتی شکر مہیا کرتی ہے۔ یہ شکر جسم میں فوراً جذب ہو جاتی ہے۔ گنے کی شکر سے زیادہ مفید ہے۔

ب: کھجور کے درخت سے ایک بیٹھا جوس حاصل کیا جاتا ہے جو بہت زیادہ خوردنی اہمیت کا حامل ہوتا ہے۔

ج: اس کی گھسلی کو بھون کر سفوف بنالیتے ہیں۔ اس سفوف سے کافی جیسا مشروب تیار کیا جاتا ہے۔ اس کا نام ڈیٹ کافی ہے۔

د: کھجور میں پائے جانے والے طبی اجزاء انتڑیوں کے مسائل کا عمدہ حل ہیں۔ روسی ماہرین کا کہنا ہے کہ کھجور کا آزادانہ استعمال پیٹ اور انتڑیوں کے کیڑوں کو پیدا ہونے سے روکتا ہے اور ساتھ انتڑیوں میں مفید بیکٹریا کے اجتماعات بنانے میں مدد دیتا ہے۔

ه: کمزور دل کیلئے کھجور کا پانی بڑا موثر علاج ہے۔ رات بھر پانی میں بھگوئی ہوئی کھجوریں اگلی صبح گھسلیاں نکال کر اس پانی میں پچل کر ہفتہ میں کم از کم دو دفعہ استعمال کرنا دل کو بہت تقویت دیتا ہے۔

و: بچوں کے دانت نکلنے کے دنوں میں ایک کھجور اگر بیج کے ہاتھ کے ساتھ باندھ دی جائے اور اسے چوسنے دی جائے تو سوڑھے سخت ہو جاتے ہیں اور دانت آسانی سے نکل آتے ہیں۔

ز: کھجور اور شہد کا نمون دانت نکلنے کے دنوں میں بچوں کو دیا جائے تو اسہال اور تپش سے تحفظ ملتا ہے۔ اسے دن میں تین بار چنانا چاہیے۔

ح: کھجور ایک ملین غذا ہے اس کا استعمال قبض کا موثر تدارک ہے۔



# بیوٹی پارلرز خطرناک ہیں

دستانوں سے ہاتھوں کی اتنی حفاظت نہیں ہوتی جتنی کہ لوگ عام طور سے سمجھتے ہیں۔ بالوں کو رنگنے اور سنوارنے کیلئے جو رنگ اور کیمیکل آج کل استعمال ہو رہے ہیں۔ وہ کئی طرح کے دستانوں سے گزر کر ہاتھوں میں سرایت کر جاتے ہیں۔

جیسے جیسے خواتین میں افزائش حسن کا شوق بڑھتا جا رہا ہے تجارتی بنیادوں پر سنگھار مراکز یعنی بیوٹی پارلرز کا کاروبار بھی ترقی کر رہا ہے۔ آئے دن نئے نئے بیوٹی پارلر کھل رہے ہیں اور خواتین و مرد کی ایک بڑی تعداد اس پیشے سے وابستہ ہو رہی ہے۔ لیکن حال ہی میں برطانیہ میں امراض جلد کے دو ماہرین ڈاکٹر بروں پولاک اور ڈاکٹر مارک ولکسن نے اپنی ایک رپورٹ میں یہ بات بتائی ہے کہ نرسوں اور ٹیکری میں کام کرنے والوں کی طرح بیوٹی پارلرز میں کام کرنے والوں اور آرائش گیسو کے پیشے سے تعلق رکھنے والوں کیلئے بھی یہ خطرہ رہتا ہے کہ وہ درم جلد یا التهاب ادمہ میں مبتلا ہو جائیں۔ یہ شکایت ہاتھ کے علاوہ ہر ایسے حصہ جسم میں ہوتی ہے جہاں کام کے دوران استعمال ہونے والا کیمیائی مرکب لگ گیا ہو۔

ایک جائزے کے مطابق بال بنانے اور سنوارنے کا کام کرنے والوں میں سے ایک تہائی ایسے ہوتے ہیں جنہیں اس کام میں استعمال ہونے والے جدید رنگوں اور کیمیائی مرکبات سے الرجی ہوتی ہے اور ہر سال اس پیشے سے تعلق رکھنے والے ایک ہزار لوگوں میں سے تقریباً ڈیڑھ سو درم جلد میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ البتہ جن لوگوں پر یہ کیمیکل استعمال کیے جاتے ہیں ان پر شاذ و نادر ہی ان کا اثر ہوتا ہے۔ وجہ یہ ہے کہ انہیں لگانے سے پہلے اتنا ہلکا اور پتلا کر لیا جاتا ہے کہ ان کی شدت بہت کم ہو جاتی ہے۔ دوسری بات یہ کہ انہیں لگانے کے بعد جلد ہی دھوا جاتا ہے۔

دوسری طرف بیوٹی پارلرز میں کام کرنے والوں کے ہاتھ دن میں اپنے کام کے دوران کافی دیر دیر تک گیلیے رہتے ہیں اور رقیق ہونے سے پہلے اکثر کیمیکل ان کی جلد پر لگ جاتے ہیں۔ خیال یہ ہے کہ زیادہ مسئلہ شیمپو پیدا کرتے ہیں۔

زلف سنوارنے اور تراشنے والوں کے ہاتھوں میں درم جلد کے بظاہر دوا سہاب ہیں: اکثر تو بالوں کے چھونے سے ان کے ہاتھوں میں سوزش پیدا جاتی ہے اور اکثر کیمیائی مرکبات کے جلد پر لگ جانے سے الرجی پیدا ہو جاتی ہے۔ خواہ یہ

دستانوں میں پائے جانے والے کیمیکل بھی انہیں پہننے والے کیلئے الرجی کا باعث بن سکتے ہیں۔

جو والدین ہر وقت فکر مند رہتے ہیں کہ کہیں ان کے بچے کو کوئی بیماری نہ لگ جائے یا کوئی انفیکشن ان پر اثر نہ کر جائے وہ بچے کے ساتھ بھلائی نہیں کر رہے کیوں کہ وہ بچے جنہیں ہمہ وقت انفیکشن سے محفوظ رکھنے کی کوششیں کی جاتی ہیں الرجی کی زد میں زیادہ رہتے ہیں۔ کچھ ماہرین کا پہلے سے خیال تھا کہ بہت زیادہ صفائی بھی بچے کیلئے نقصان دہ ہو سکتی ہے اور اس جدید تحقیق سے اس خیال کو تقویت ملتی ہے۔ ان تحقیق کاروں کی رائے ہے کہ جن بچوں کو اپنی زندگی کے پہلے چھ ماہ میں انفیکشن سے خاصا واسطہ پڑتا ہے انہیں بڑے ہو کر الرجک چینل میں مبتلا ہونے کا خطرہ بہت کم ہو جاتا ہے۔

برطانیہ میں دسے کا مرض بچوں میں بہت بڑھ گیا ہے۔ لہذا دس گیارہ سال قبل ماہرین نے اس کی وجوہ معلوم کرنے کی ٹھانی۔ اپنی تحقیق کے دوران انہیں یہ شبہ بھی ہوا کہ دور جدید کے والدین حفظ صحت کے اصولوں پر جب زیادہ ہی کاربند ہونے کی کوشش کرتے ہیں تو بات بگڑنے لگتی ہے۔ ان ماہرین کا خیال ہے کہ عمر کے شروع میں بچے کو جن انفیکشن سے واسطہ پڑتا ہے وہ اس کے جسم کے مدافعتی نظام کو جراثیم سے مقابلے کی تعلیم دیتے ہیں۔ تحقیق کے دوران ان سائنس دانوں کو اندازہ ہوا کہ جن بچوں کو انفیکشن سے بہت زیادہ بچانے کی کوشش کی گئی تھی ان کیلئے آگے چل کر چینل (Eczema) کا امکان نسبتاً ساٹھ فیصد سے بھی زیادہ بڑھ گیا تھا۔ تاہم چینل کے انفیکشن کا اتنا زیادہ امکان صرف ان بچوں کیلئے پایا گیا جن میں تغیر پذیر چین موجود تھا۔ جن بچوں میں یہ چیز نہیں تھی یعنی ان کے جینز معمول کے مطابق تھے انہیں انفیکشن سے واسطہ پڑنے یا نہ پڑنے سے کوئی خاص فرق نہیں پڑا۔

جن پروفیسر صاحب نے ان تحقیق کاروں کی قیادت کی انہوں نے لندن کے اخبار ٹیلی گراف کو بتایا کہ ایسے شواہد میں اضافہ ہو رہا ہے کہ حفظان صحت کے (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

درس کی سی ڈیز اور کیسٹ: حکیم صاحب کی ہر منگل کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔

قیمت سی ڈی 35 روپے، کیسٹ 35 روپے

ڈیمانڈ کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔



لڑکے، لڑکیوں اور والدین کے لیے

# جنسی جذبات مردہ ہونے سے بچائیں

روپے پیسے والے مالدار لوگ صرف ذہنی کیفیت کو سامنے رکھ کر سپیشلسٹوں کے چکر میں الجھ جاتے ہیں اور غریب طبقہ تعویذ گنڈوں اور ڈبہ پیروں کے بچھائے ہوئے جال میں پھنس کر اپنی جمع پونجی سے ہاتھ دھو بیٹھتا ہے۔ (ضیاء الرحمن)

لڑکوں کی نسبت لڑکیوں کی جنسی جبلت زیادہ نازک اور خطرناک صورت اس حوالے سے اختیار کر لیتی ہے کہ کوئی لڑکا جب کسی جنسی مرض کا شکار ہوتا ہے تو وہ چوری چھپے اپنے لیے کسی حکیم یا ڈاکٹر سے اپنے لیے دوا حاصل کر لیتا ہے اور تلاش بسیار کے بعد بالآخر اچھے اور خالص معالج تک پہنچ کر اپنا علاج کروانے میں کامیاب ہو جاتا ہے۔ لیکن..... لڑکی اپنے خاندانی، روایتی معاشرتی ماحول کی وجہ سے اس مرض کا اظہار نہیں کر پاتی۔ وہ چوری چھپے کسی معالج کے پاس نہیں جاسکتی یہاں تک کہ اپنی ماں اور بہن یا بھابھی تک سے بھی بات کرنے میں حجاب محسوس کرتی ہے۔ بعض اوقات دیکھنے میں آیا ہے کہ اکثر شادی شدہ خواتین اپنے خاوندوں تک سے اپنا مرض پوشیدہ رکھنا ضروری خیال کرتی ہیں۔ اس غیر ضروری شرم و حجاب والدین کی تنگ نظری اور شوہروں کی کم فہمی اور لاعلمی عورت میں ڈپریشن کا عنصر پیدا کر دیتی ہے اور بعض اوقات نوبت یہاں تک پہنچ جاتی ہے کہ وہ ہر بات کا مطلب الٹ سمجھنے اور لڑنے جھگڑنے لگتی ہے۔ غصے کے عالم میں اپنے کپڑے پھاڑ دینا، گھر والوں کے ساتھ بدسلوکی یا بچوں پر بلا وجہ انتہائی تشدد اس کا طویلہ بن جاتا ہے۔ اہل خانہ اس کی اس حالت سے ہر وقت ہراساں اور خوف زدہ رہنے لگتے ہیں۔ وہ اس سے بات چیت کرنے اور سامنا کرنے سے بھی گھبرانے لگتے ہیں۔ اور مریض مزید تباہ جاتی ہے اور اس کا مرض پاگل پن کی حدود میں داخل ہو جاتا ہے۔

پاکستان میں خصوصاً ہر پانچویں عورت اس مرض کی کسی نہ کسی قسم میں مبتلا ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ بعض کی علامات کسی اور نوعیت کی ہوتی ہیں۔ اس مرض میں سب سے بڑا خطرہ یہ ہے کہ عورت کو علم ہی نہیں ہوتا کہ اس کے اندر یہ مرض موجود ہے اس مرض کا اثر ذہن اور مزاج کی کیفیت پر ہوتا ہے۔ روپے پیسے والے مالدار لوگ صرف ذہنی کیفیت کو سامنے رکھ کر سپیشلسٹوں کے چکر میں الجھ جاتے ہیں اور غریب طبقہ تعویذ

کی بجائے ہمدردانہ رویہ اختیار کر کے مرض تک پہنچنے کی کوشش کی جائے تاکہ معصوم اور بھولی بھالی بچی کو اس اذیت سے نجات دلائی جاسکے۔ شادی شدہ لڑکیوں کے سرکاری رشتہ دار اپنی بہو کے مزاج کی ان ناخوشگوار یوں کو پسند نہیں کرتے۔ طرح طرح کی خاوندانہ باتوں اور طعنوں سے جلتی پر تیل ڈالتے رہتے ہیں۔ خاوند کو شک پڑ جاتا ہے کہ بیوی کا دھیان اس سے ہٹ کر کہیں اور چلا گیا ہے۔ اگر عورت کے بچے ہیں تو روز روز کے جھگڑوں سے ان پر بہت ہی برا اثر پڑتا ہے۔ سرسرا والے بہو کے میکے والوں تک شکایات پہنچاتے ہیں کہ ان کی بیٹی منہ پھٹ اور بدتمیز ہو گئی ہے۔ اکثر میکے والے اینٹ کا جواب پتھر سے دیتے ہیں۔ جواباً مریض فرضی بد مزگیوں کی شکایت کرتی ہے اور بات بگڑتی چلی جاتی ہے۔ خود مریض کو بھی علم نہیں ہوتا کہ اس کے اندر تولیدی مشینری میں ایک نقص پیدا ہو گیا ہے جو اس کے ذہن پر اثر انداز ہو رہا ہے اور یہ کہنا کوئی مبالغہ آمیزی والی بات نہیں ہوگی کہ کئی گھرانوں میں اس مرض سے لاعلمی اور کم فہمی کی بدولت نوبت طلاق تک پہنچ جاتی ہے اور بعض واقعات میں خودکشی تک بھی نوبت پہنچ جاتی ہے۔

اب آئیے اصلاح مرض کی طرف۔ میری اس گزارش کے ایک ایک نقطہ پر توجہ دیجئے کہ اگر آپ کی بیٹی بہو، بہن، بیوی یا ماں کسی کے بھی مزاج میں بلا وجہ تبدیلی آجائے اور وہ غصہ، جڑے جڑے پن اور اداسی کا شکار رہنے لگے یا پھر کسی بھی وجہ کے بغیر اس کے آنسو نکل آئیں یا معمولی معمولی باتوں پر رونا شروع کر دے تو اس کی اس تبدیلی کو نظر انداز نہ کریں۔ غور سے اسے دیکھتے رہیں۔ اگر اس کے چہرے پر خوشی و مسرت کے ساتھ ساتھ اداسی بھی بار بار حملہ آور ہوتی نظر آئے تو گھر کی خواتین سے کہیں کہ اس کی حرکات و سکنات کا جائزہ لیں اور گاہے بگاہے باتوں کے دوران اس سے یہ پوچھنے کی کوشش کریں کہ وہ اپنے اندر کوئی گڑبڑ محسوس نہیں کرتی۔ خیال رہے کہ کچھ عورتیں طبعاً غصیلی ہوتی ہے اور وہ اپنی اس عادت پر قابو پانے کی صلاحیت ہی نہیں رکھتی لیکن وہ خواتین جو طبعاً تو شگفتہ مزاج ہوں اگر ایسے دوروں کا شکار رہنے لگیں تو ایسے کیس انتہائی اور پہلی توجہ کے متقاضی ہوتے ہیں۔ کیونکہ خوش مزاج اور شگفتہ رہنے والی خواتین کا کسی ظاہری وجہ کے بغیر اداس یا غصیلا ہو جانا رحم کی کسی خرابی کی طرف

گنڈوں اور ڈبہ پیروں کے بچھائے ہوئے جال میں پھنس کر اپنی جمع پونجی سے ہاتھ دھو بیٹھتا ہے اور بعض اوقات تو عزت و ناموس کو بھی خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ اس طرح یہ زنانہ مرض ایک معاشرتی قباحت بن کر رہ گیا ہے۔ مرض عورت کی اندرونی مشینری جسے رحم کہتے ہیں، میں ہوتا ہے۔ ابتداء میں شادی سے قبل یا بعد میں ہلکا سا بگاڑ ہوتا ہے۔ جسے عورت محسوس نہیں کرتی اور اگر محسوس کرے بھی تو خواتین میں موجود قدرتی طور پر قوت مدافعت کی زیادتی کے سبب پرواہ نہیں کرتیں اور اس کے علاج کی طرف دھیان نہیں دیتیں۔ اس لیے وقت کے ساتھ ساتھ یہ بگڑ کر ایسی صورت اختیار کر لیتا ہے جس کی علامات کا تعلق براہ راست ذہن سے ہوتا ہے۔ جس کی ابتداء افسردگی، پر مدردگی اور یا ڈپریشن سے ہوتی ہے۔ مریض کی شکستگی ختم ہو جاتی ہے۔ وہ ہر چیز، ہر بات اور ہر صورت حال کا تاریک پہلو دیکھتی ہے۔ آہیں بھرتی اور ذرا سی بے مزگی ہو جائے تو وہ غصے میں آ جاتی ہے۔ جذبات میں ذرا سی بھی اکساہٹ پیدا ہو جائے تو وہ رونے لگتی ہے۔ زندگی سے مایوس ہو جاتی ہے اور اس میں پاگل پن کا رجحان پرورش پانے لگتا ہے۔ اس کے دل سے شوہر، بچوں یا والدین اور بہن بھائیوں سے پیار اور محبت کا عنصر غائب ہو جاتا ہے۔ جنسی جذبات مردہ ہو جاتے ہیں اور مزاج مسلسل یا ڈپریشن کی گرفت میں رہ کر چڑچڑا ہو جاتا ہے۔ جواباً ہمارا معاشرہ لڑکی میں موجود مرض پر توجہ دینے اور اس کا علاج کروانے کے بجائے بچی پر رشک کرنے لگتا ہے اور اگلے رخ پر اس طرح کی آرا کا اظہار شروع ہو جاتا ہے کہ ”یہ کسی کو دل دے بیٹھی ہے یا اب یہ چاہتی ہے کہ میری شادی کر دی جائے۔“ اور بعض نادان ماں کو تو باقاعدہ اپنی لڑکیوں کو طعنے بازی کا شکار بنا کر کہنا شروع کر دیتی ہیں کہ ”اب یہ کھسم مانگتی ہے۔“ جو انتہائی نامعقول اور غلط رویہ ہے۔ ایسی جملہ بازی سے بہتر ہے کہ اپنی بیٹی پر رشک کرنے



واضح اشارہ ہوتا ہے۔

رحم کی خرابیوں کے چند ایک اسباب ہوتے ہیں جن میں غیر ضروری شرم و حجاب پہلے نمبر پر آتا ہے اور بے احتیاطی دوسرے نمبر پر۔ دراصل یہی وہ دو اہم خرابیاں ہیں جنہیں اتانیوں اور اشتہاری حکیموں نے ”پوشیدہ امراض“ کا نام دے کر مزید پر اسرار بنا ڈالا ہے۔ اس سے عام طور پر یہ خیال مزید جن پکڑ لیتا ہے کہ عورت کے امراض ایک عہد اور ایسا شرمناک راز ہے جسے زبان پر لایا نہیں جاسکتا اور بقول بعض ایسے شرمناک راز کے بارے میں زبان نہ کھولنے کے سبب ہماری خواتین مختلف امراض کا شکار ہو کر چڑچڑی بد مزاج اور غصیل ہو کر پاگل پن کی حدود تک پہنچ جاتی ہیں اور جو پاگل نہیں ہوتیں وہ دراصل اندر ہی اندر اذیتیں سہہ رہی ہوتی ہیں۔ لیکن نام نہاد اتانیوں کے پھیلائے زہریلے لفظ ”پوشیدہ امراض“ کی وجہ سے اپنی تکلیف زبان پر نہیں لاتیں۔ میں ایک معالج کی حیثیت سے لڑکی کے والدین اور سرسریوں سے درخواست کروں گا کہ آپ لوگ حقائق سے چشم پوشی کر کے اپنے گھر کا سکون تباہ نہ کیجئے اگر آپ میں حقیقت پسندی کو قبول کر کے اپنی خاتون سے بات کرنے کی جرأت نہیں تو یہ مضمون اسے پڑھنے کیلئے دیجئے تاکہ وہ ان سے روشنی حاصل کر کے اپنی والدہ بہن یا سہیلی سے اپنے مرض کے بارے میں کھل کر بات کر سکے اورافر دگی یا ڈپریشن اور اسی چڑچڑے پن اور غصیل طبیعت پر قابو پاسکے۔

## فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ نہیں

اگر آپ کے پاس کتابیں فی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوائے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ درسی اور سلیس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

# شوال میں عبادت کی راتیں سعادت کے دن

شوال میں چھ دن روزے رکھنے کا بہت ثواب ہے جس مسلمان نے رمضان المبارک اور شوال کے چھ دن کے روزے رکھے تو اس نے گویا سارے سال کے روزے رکھے یعنی پورے سال کے روزوں کا ثواب ملتا ہے۔

حضرت ابو امامہؓ سے روایت ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا ہے۔ کہ جو عیدین کی راتوں میں شب بیداری کر کے قیام کرے اس کا دل نہیں مرے گا۔ جس دن کہ سب لوگوں کے دل مردہ ہو جائیں گے۔ (ابن ماجہ)

**چار رکعت نفل:**۔ حدیث شریف میں آیا ہے کہ جو کوئی اول رات شوال میں چار رکعت پڑھے اور ہر رکعت میں بعد سورہ فاتحہ کے سورہ اخلاص ایکس بار پڑھے، پس اللہ تعالیٰ کھولے گا واسطے اس کے آٹھوں دروازے بہشت کے اور بند کریگا واسطے اس کے ساتوں دروازے دوزخ کے اور نہیں مرے گا وہ شخص جب تک اپنا مکان جنت میں نہ دیکھ لے گا۔ (فضائل الشہور)

**نوافل برائے توبہ:**۔ شوال کی پہلی شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ اخلاص تین تین دفعہ، سورہ فلق تین تین دفعہ، سورہ الناس تین تین دفعہ پڑھے۔ بعد سلام کے کلمہ تحمید 70 مرتبہ پڑھ کر اپنے گناہوں سے توبہ کرے۔ اللہ پاک اس نماز کی برکت سے انشاء اللہ اس کے گناہ معاف فرما کر اس کی توبہ قبول فرمائے گا۔

**آٹھ رکعت نوافل:**۔ حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جس شخص نے شوال میں رات کو یا دن کو آٹھ رکعتیں پڑھیں۔ ہر رکعت میں ایک بار سورہ فاتحہ اور سورہ اخلاص پندرہ بار اور نماز سے فارغ ہو کر ستر بار سبحان اللہ کہا اور ستر بار جناب رسول اللہ ﷺ پر درود پڑھا، اس کی قسم جس نے مجھے سچا دین دے کر بھیجا ہے جو شخص یہ نماز پڑھتا ہے اللہ اس کیلئے حکمت کے چشمے کھولتا ہے۔ اس کے دل میں اور اس کے ساتھ اس کی زبان چلاتا ہے اور اس کی دنیا کی بیماری اور اس کی دوا دکھا دیتا ہے۔ اس کی قسم جس نے مجھے سچا دین دیکر بھیجا جس نے یہ نماز جیسے میں نے بتائی پڑھی تو اللہ سبحانہ اس کو معاف کر دیتا ہے اور اگر شہید مرا تو بخشا ہوا اور جو بندہ اس نماز کو سفر میں پڑھتا ہے، اس پر آنا جانا

آسان ہو جاتا ہے۔ اور اگر مقروض ہو تو اللہ تعالیٰ اس کا قرض ادا کرتا ہے اور اگر صاحب حاجت ہوتا ہے تو اس کی حاجت پوری کرتا ہے۔ اس کی قسم جس نے مجھے سچا دین دیکر بھیجا جو شخص یہ نماز پڑھتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس کو ہر حرف کے بدلے جنت میں ایک مخرفہ دیتا ہے۔ عرض کیا گیا، مخرفہ کیا ہے؟ حضور ﷺ نے فرمایا بہشت کے باغ ہیں۔ اگر اس کے ایک درخت کے نیچے سو اسیر کرے تو سو برس تک اسے عبور نہ کر سکے۔ درود شریف یہ پڑھنا ہے:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ النَّبِيِّ الْأُمِّيِّ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ (غنیۃ الطالبین)

**شوال کے روزے:**۔ شوال میں چھ دن روزے رکھنے کا بہت ثواب ہے۔ جس مسلمان نے رمضان المبارک اور چھ دن شوال کے روزے رکھے تو اس نے گویا سارے سال کے روزے رکھے یعنی پورے سال کے روزوں کا ثواب ملتا ہے۔ حضرت ابو ایوب انصاریؓ سے روایت ہے کہ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس آدمی نے رمضان شریف کے روزے رکھے اور پھر ان کے ساتھ شوال کے چھ روزے بلائے تو اس نے گویا تمام عمر روزے رکھے۔ تمام عمر والا مسئلہ اس وقت ہے جبکہ وہ شوال کے چھ روزے تمام عمر رکھے اور اگر اس نے صرف ایک ہی سال یہ روزے رکھے تو سال کے روزوں کا ثواب ملے گا۔ یہ چھ روزے اکٹھے رکھے یا الگ الگ ہر طرح جائز ہیں۔

## کان کے تمام امراض کیلئے

سرسوں کا تیل 50 گرام شیشے کی بوتل میں ڈال دیں۔ اس میں ایک ٹکی کا فورکی ڈال کر تین گھنٹے کے لیے دھوپ میں رکھ دیں۔ دوا کی تیار ہے ان شاء اللہ کان کے تمام امراض میں فائدہ ہوگا۔

(مرسلہ: حسن محمود اعوان۔ احمد پور شرقیہ)



# فاقول سے بھرپور زندگیاں

## السی کی کرامات

السی کے پھولوں سے دل کو فرحت اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔ موسم سرما میں السی کو بادام پتہ گھی شکر کے ساتھ ایک طاقتور غذا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔  
(حکیم راحت نسیم سہروردی، لاہور)

السی معروف چیز ہے جس کو تخم کتان کہتے ہیں اور ہمارے ہاں موسم سرما میں مختلف طریقوں سے اس کا استعمال کیا جاتا ہے۔ السی کا پودا تقریباً تین فٹ بلند ہوتا ہے اس کی شاخیں اور پتیاں باریک ہوتی ہیں۔ پھول کارنگ لا جوڑی اور پھل جوڑی شکل کے پتوں سے بھر ہوتا ہے۔ السی کے بیج چمک دار سرخ اور سیاہی مائل ہوتے ہیں۔ بعض زردی مائل بھی ہوتے ہیں اور کچھ سیاہ رنگ کے بھی دیکھے گئے ہیں۔ چبانے پر ذائقہ پھیکا اور لعاب دار ہوتا ہے جس میں بد مزگی کا احساس پایا جاتا ہے۔ دنیا میں سب سے زیادہ السی مصر، پھر ہندوستان میں پیدا ہوتی ہے۔ روس ہالینڈ اور برطانیہ میں بھی کثرت پیدا کی جاتی ہے۔ قدیم اطباء السی کو بطور دوا استعمال کرتے رہے ہیں اور کرتے ہیں۔ طب میں اس کا مزاج پتوں اور شاخوں کا سرد خشک بتایا جاتا ہے۔ بعض اطباء خشکی کے قائل نہیں ہیں۔ شہد السی کا مصلح ہے لہذا اگر شہد کے ساتھ استعمال کی جائے تو مفید ہے۔ مٹھی کے بیج السی کا بدل ہیں۔ السی کی مقدار خوراک چھ گرام سے 20 گرام تک ہے۔

السی ہر قسم کے درموں کو تحلیل کرتی ہے۔ طبیعت کو نرم کرتی ہے۔ بلغم کو پھلا کر خارج کرتی ہے۔ گھٹھیا کے درد کو فائدہ دیتی ہے۔ پیشاب اور حیض جاری کرتی ہے۔ دمہ، بلغمی کھانسی اور سرد قسم کے نزلے میں السی کا استعمال بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ گردے کی پتھری میں بھی مفید نتائج سامنے آئے ہیں۔ السی کی پھال اور پتوں سے دماغ کی رکاوٹیں (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

### صرف رازوں کے متلاشی پڑھیں

کون عبقری کے گزشتہ رسائل سے سو فی صد فائدہ لینا چاہتا ہے اسکے روحانی انکشافات، سینے کے راز اور طبی معلومات ہر صفحہ پر موتیوں کی طرح نکھرے ہوئے ہیں یہ رسالہ نسلوں کا معراج اور ہمدرد ہے۔ روحانی، طبی اور نفسیاتی عمر بھر کی محنتوں کا انمول مجموعہ ہے۔ گزشتہ سال کی مکمل فائل بارہ رسالوں پر مشتمل خوبصورت جلد کا میاب روحانی جسمانی معالج ثابت ہوئی قیمت -/300 سورپے علاوہ ڈاک خرچ۔

حضرت حسن بصریؒ فرماتے ہیں کہ مسلمان کی مثال بکری کے بچے کی سی ہے جسے ایک مٹھی پرانی کھجور۔ ایک مٹھی ستوا، اور ایک گھونٹ پانی کافی ہے۔ یہ نمونہ ہے اسلامی تعلیمات کا جس پر عمل کر کے مسلمان کامیاب و کامران ہوئے۔

☆ پیٹ کے تین حصے اور جدید سائنس :-  
حضور اقدس ﷺ کا ارشاد ہے کہ تہائی پیٹ کھانے کے لئے، تہائی پانی کیلئے تہائی سانس کیلئے۔ (مذاق العارفین)  
ایک فلسفی کے سامنے جب یہ فرمان سنایا گیا تو کہنے لگا میں نے اس سے بہتر اور مضبوط بات آج تک نہیں سنی۔ یہ ہے میرے حضور ﷺ کا فرمان اور دوسری طرف جدید سائنس کی تمام کاوشیں اور کوششیں۔ حضور ﷺ کا فرمان صرف پیٹ کو تین حصے کرنے کے بعد ختم اور اس کے مطلوبہ فوائد فوری حاصل، جبکہ سائنس اب ریسرچ کر رہی ہے۔

☆ کھڑے ہو کر کھانا :-  
ڈاکٹر بلن کیور مشہور عام ڈاکٹر اور ماہر اغذیہ ہے۔ اس کی تحریک ہر وقت یہی ہے کہ کم سے کم غذا کھاؤ۔ اس کا کہنا ہے کہ کھڑے ہو کر غذا نہ کھاؤ ایسا کرنے سے تم دل اور تکی کے مرض میں پھنسنے جاؤ گے۔ اس کا کہنا ہے کہ بیٹھ کر کھاؤ اور کم کھاؤ کیونکہ کھڑے ہو کر کھانا نفسیاتی امراض پیدا کرتا ہے اور ایک ایسی مرض پیدا ہوتی ہے جس میں آدی کو اپنوں کی پہچان ختم ہو جاتی ہے۔ اسلام نے پہلے ہی اپنے پیروکاروں کو کھڑا ہو کر کھانے سے منع فرمایا ہے اور سائنس اب منع کر رہی ہے۔ فرق صاف ظاہر ہے۔

☆ امام غزالیؒ کا قول اور سلنگ سنٹر :-  
امام غزالیؒ فرماتے ہیں کہ کم کھانے کی عادت آہستہ آہستہ پیدا کرنی چاہیے۔ جو شخص زیادہ کھانے کا عادی ہو وہ یک دم کم کرے گا تو اس سے تحمل نہ ہوگا۔ ضعف بھی ہوگا اور مشقت بھی بڑھ جائے گی (احیاء العلوم)۔ آج سے دس سال قبل یورپ میں موٹاپے کا علاج خاص کیمیکل سے شروع ہوا پھر زیر بات سامنے آئی کہ کیمیکل سے گردے (Kidneys) خراب اور متاثر ہوتے ہیں۔ ماہرین نے تجربات اور تحقیق کے بعد غذا پر کنٹرول کرایا۔ اس غذائی شیڈول پر قابو پانے کیلئے ایک شیڈول ترتیب دیا جس کا مرکزی نقطہ غذا ہے۔

☆ فاقہ اور جدید سائنس :-  
فاقہ علاج ہے۔ اپنے مریضوں کا فاقے کے ذریعے علاج کرو۔ یہ الفاظ علمائے حدیث نے اکثر بیان کیے ہیں۔ صحابہ کرامؓ بھوکے ہوتے تھے۔ خود حضور اقدس ﷺ بھوکے رہے لیکن جہاں تک امراض کی زیادتی کا مسئلہ ہے اس سے صحابہ کرامؓ اور خود حضور ﷺ بہت کم (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)



# مسرت انگیز ازدواجی زندگی کے چھ اصول

کبھی اپنے ازدواجی ماضی پر ہمدردی سے نگاہ ڈالے۔ کیا آپ کو یاد ہے کہ آپ نے جیون ساتھی کے طور پر اس خاص فرد کا انتخاب کیوں کیا تھا؟ ان واقعات کو یاد کیجئے جن سے آپ دونوں ایک ساتھ گزر رہے ہیں۔ اپنے مستقبل پر بھی نگاہ دوڑائیے، ازدواجی زندگی میں سے دلولہ تلاش کیجئے۔

(ڈاکٹر عبدالجبار، لاہور)

”جلدی کرو جلدی“ لیزا کی آواز گونجی۔ ہسپتال میں میڈیکل ٹیم لیزا کے شوہر کو کمرے کی طرف لے جا رہی تھی اور لیزا کی بے تابی بڑھتی جا رہی تھی۔

کارل اور لیزا نے برس ہا برس اکٹھے گزارے تھے۔ وہ بچے پال چکے تھے اپنے اپنے کیریئر میں خاصے آگے بڑھ چکے تھے۔ دونوں نے مل کر زندگی کے کئی مصائب کا مقابلہ کیا تھا لیکن ان کو کبھی گمان نہ ہوا تھا کہ ان کی مشترکہ زندگی کسی روز اچانک ختم ہو سکتی ہے۔ موت ان کو جدا کر سکتی ہے۔ دونوں میں سے کوئی ایک دوسرے کو چھوڑ کر اس دنیا سے رخصت ہو سکتا ہے۔ ”مہربانی کر کے جلدی کیجئے“ لیزا نے ایک بار پھر التجائی۔ ڈاکٹر اپنا کام شروع کر چکے تھے۔ لیزا ایک کونے میں کھڑی دعائیں مانگ رہی تھی۔ وہ خدا سے کارل کے ساتھ رہنے کا ایک اور موقع مانگ رہی تھی۔

چند لمحوں بعد کارل کی حالت سدھرنے لگی۔ ڈاکٹر کامیاب رہے تھے۔ مریض زندگی کی واپسی کے اشارے دے رہا تھا۔ لیزا بے حس و حرکت کھڑی تھی۔ اس کی آنکھیں آنسوؤں سے بھری ہوئی تھیں۔

”ایک اور موقع“ اس نے سرگوشی کی۔ ”میں اس موقع کی قدر کروں گی۔ واقعی زندگی کس قدر ناپائیدار ہے۔ ہمیں خدا نے جو وقت مل کر گزارنے کیلئے عطا کیا ہے اس کو گنونا نہ چاہیے۔ ہم اب ان دو افراد کی طرح نہ رہیں گے جو اتفاق سے اکٹھے ہو گئے ہوں یا جن کو سماجی رسوم نے ایک دوسرے پہلے باندھ دیا ہو۔ ہم ایک دوسرے کی قدر کریں گے۔ تمام رشتوں اور تمام چیزوں پر اس رشتے کو ترجیح دیں گے“ وہ شوہر کے گلے لگ گئی۔ دونوں مل کر رونے لگے۔

اس نئے ملاپ سے پہلے لیزا اور کارل ساہا سال سے شادی شدہ زندگی گزار رہے تھے مگر وہ محبتیں بانٹنا بھول چکے تھے۔ وہ تو بس ایک چھت کے نیچے وقت گزار رہے تھے۔ انہوں نے ازدواجی زندگی کو تخلیقی بنانے کی کوئی شعوری کوشش نہ کی تھی۔ یوں اس میں کوئی دلولہ کوئی مزہ نہ رہا تھا۔

## (3) جنس توجہ چاہتی ہے: ازدواجی زندگی کے کسی حصے کو

نظر انداز کر دیا جائے تو وہ غائب ہو جائے گا۔ جنس کا معاملہ تو اور بھی نازک ہے۔ اس پر توجہ نہ دی جائے تو وہ ختم ہونے لگتی ہے۔ لہذا یہ اصول یاد رکھیے کہ لوگ جنس سے اسی قدر لطف اٹھاتے ہیں جس قدر وہ اس پر توجہ دیتے ہیں۔ مثالی محبت کا انحصار اس بات پر بھی ہے کہ میاں بیوی کے درمیان وقت کے ساتھ فروغ پانے والی محبت بھری عادتوں کو قبول کر لیا جائے۔ مثلاً میاں بیوی اگر ہر ہفتے محبت کے عادی ہو چکے ہیں تو اس کو جاری رکھنے میں کوئی قباحت نہیں۔ البتہ اس کو میکا کی نہ بننے دینا چاہیے۔ اس قسم کی عادتیں برسوں کے ملاپ سے وجود میں آتی ہیں۔ ان کی قدر کرنی چاہیے۔ ہمیں یاد رکھنا چاہیے کہ زندگی کے دوسرے شعبوں میں بھی وقت کے ساتھ ساتھ ایسی عادتیں بنتی چلی جاتی ہیں۔ وہ زندگی کو آسان اور منظم بنانے میں مدد دیتی ہیں۔ کبھی اپنے ازدواجی ماضی پر ہمدردی سے نگاہ ڈالیں۔ کیا آپ کو یاد ہے کہ آپ نے جیون ساتھی کے طور پر اس خاص فرد کا انتخاب کیوں کیا تھا؟ ان واقعات کو یاد کیجئے جن سے آپ دونوں ایک ساتھ گزر رہے ہیں۔ اپنے مستقبل پر بھی نگاہ دوڑائیے۔ ازدواجی زندگی میں سے دلولہ تلاش کیجئے۔ میاں بیوی جب مل کر زندگی کے مدد دہرے گزرتے ہیں تو بہت سی مشترک یادیں ان کی زندگی کا حصہ بنتی ہیں۔ یہ یادیں جسمانی ملاپ کا محرک بن سکتی ہیں۔

## (4) ازدواجی زندگی کو اولیت دیجئے: ایک خاتون نے

اپنی بے کیف زندگی کو چند الفاظ میں یوں بیان کیا ہے کہ ”پورے دن میں ہمیں مشکل سے دس منٹ تنہائی کے نصیب ہوتے ہیں۔ رات کو ہم تھک ہار کر جب بیڈ کا رخ کرتے ہیں تو اس قدر بے جان ہوتے ہیں کہ کچھ کرنا مصیبت لگتا ہے۔“ یہ ایک خاتون کا مسئلہ نہیں۔ آج کی جدید دنیا میں بے شمار جوڑے اس قسم کے دن کاٹ رہے ہیں۔ وہ اس قدر روگ پال لیتے ہیں کہ ان کے پاس وقت ہی نہیں (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

### کراچی اور راولپنڈی میں ادویات

حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور راولپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کے لیے موبائل نمبرز:

(۱) کراچی کے لیے رابطہ: 0300-3218560

(۲) راولپنڈی کے لیے رابطہ: 0333-5648351

051-5539815

ڈاکٹر پال پیر سال اس قسم کی خشک اور بے کیف ازدواجی زندگیوں کا برسوں سے مطالعہ کر رہے ہیں۔ انہوں نے اس موقع پر بہت کچھ لکھا ہے اور ہزاروں جوڑوں کو نئی زندگی گزارنے کا راستہ دکھایا ہے۔ اپنے طویل تجربے اور مطالعے کی بنیاد پر ڈاکٹر پیر سال نے مثالی ازدواجی زندگی کا ایک نظام مرتب کیا ہے۔

ڈاکٹر صاحب کے اس نظام کا مقصد جسموں کے بجائے ذہنوں میں ملاپ پیدا کرنا ہے۔ ان کا دعویٰ یہ ہے کہ جب میاں بیوی کے ذہن مل جاتے ہیں تو پھر جسموں کی دوری خود بخود دھمٹ جاتی ہے۔ ڈاکٹر صاحب نے ایک خصوصی تجربے کی خاطر ایک ہزار سے زیادہ جوڑوں کے نجی انٹرویوز لیے۔ مردوں اور عورتوں سے الگ الگ ملاقاتیں کیں۔ ان کے جنسی مسئلے سننے اور حل کیے۔ اس سارے تجربے کا نچوڑ انہوں نے مندرجہ ذیل چھ اصولوں کی صورت میں پیش کیا ہے:

(1) قیمت ادا کیجئے: اچھی ازدواجی زندگی اتفاقاً نہیں مل جاتی۔ اس کو حاصل کرنا پڑتا ہے۔ اس کیلئے محنت کرنی پڑتی ہے اور وقت دینا پڑتا ہے۔ لہذا پہلا اصول یہ ہے کہ زندگی کی دوسری کامیابیوں کی طرح اچھی زندگی کیلئے بھی تربیت درکار ہوتی ہے۔ یہ اس وقت حاصل ہوتی ہے جب ہم خلوص دل سے اس کیلئے جدوجہد کرتے ہیں ایک دوسرے کے خواب بانٹتے ہیں ایک دوسرے پر توجہ دیتے ہیں۔

(2) شادی کو معاشرہ مت بنائیے: بیوی محبوبہ نہیں ہوتی اور نہ ہی شادی معاشرہ ہوتی ہے۔ ان دونوں میں بہت فرق ہے۔ معاشرے مختصر ہوتے ہیں۔ ان میں عارضی شدت ہوتی ہے، لیکن وہ اس محبت کی ناپختہ نقل ہوتی ہے جو صرف پائیدار اور بالغ تعلقات سے جنم لیتی ہے۔ مثالی ازدواجی زندگی کا دارومدار اس امر پر ہوتا ہے کہ جنس کو پوری ازدواجی زندگی کا حصہ بنایا جائے۔ جنس کو محض ایک ازدواجی فریضہ نہ سمجھا جائے جو باقی زندگی سے الگ تھک ہو۔ میاں بیوی جنس کو ازدواجی محبت سے کاٹ دیں تو وہ بے لطف اور میکا کی بن کر بے جان ہو جاتی ہے۔ جنس ازدواجی تعلقات کا ایک حصہ ہے مگر اس کی جڑیں پوری ازدواجی زندگی میں پھیلی ہوئی چاہئیں۔



# انوکھا خواب

آسمان سے اللہ کی رحمت لگا تار برس رہی ہے اور اس گھر کی تمام چھت رحمتوں سے لالاب بھری ہوئی ہے۔

(مضرطابہ نیاز)

تقریباً تین ماہ پہلے کی بات ہے کہ میں نے خواب میں دیکھا کہ آقا ﷺ تشریف لائے ہیں اور مجھے ساتھ لے کر چل دیئے ہیں۔ چلتے چلتے آپ ﷺ میری جھوٹی بہن کے گھر پہنچ گئے۔ اندر سے دروازہ کھلا اور میں آپ ﷺ کے ساتھ گھر کے اندر داخل ہوئی۔ اس وقت میں نے شدت سے محسوس کیا کہ آپ ﷺ میرے گھر جانے کے بجائے میری بہن کے گھر تشریف لے آئے ہیں مگر میں نے زبان سے کچھ نہیں کہا۔ پھر آپ ﷺ نے فرمایا۔ ”دیکھو“ تو کمرے کے اندر کھڑے ہونے کے باوجود مجھے سب کچھ نظر آنے لگا۔ میں نے دیکھا کہ آسمان سے اللہ کی رحمت لگا تار برس رہی ہے اور اس گھر کی تمام چھت رحمتوں سے لالاب بھری ہوئی ہے جیسے سمندر میں پانی ٹھانٹھا مارتا ہے اس سے بھی زیادہ اللہ کی رحمت ٹھانٹھا مار رہی ہے۔ پھر بڑھتے ہوئے پرنا لے میں سے ہوتی ہوئی پورے محلے میں چند ایک گھروں کی چھتوں پر جا رہی ہے۔ بڑا ہی پر لطف اور پر کیف منظر تھا جسے میں نے جی بھر کے دیکھا۔ اسی دوران میری آنکھ کھل گئی۔ پھر اس کے بعد میں حقیقت میں اپنی بہن کے گھر گئی اور سب گھر والوں سے ملی۔ یہ تو مجھے پہلے بھی معلوم تھا کہ اس گھر میں پڑھائی بہت ہوتی ہے مگر میں یہ جانتا چاہتی تھی کہ وہ لوگ کیا پڑھتے ہیں۔ بہن کے سر سے پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ وہ اور انٹی ہر وقت دوسری پڑھائی کے علاوہ (جوان کے مرشد صاحب نے ان کو بتائی ہوئی ہے) سارا نام درود و شریف پڑھتے رہتے ہیں۔ وہ دن کے وقت اپنے سامنے گھیلیاں رکھ کر بیٹھ جاتے ہیں اس طرح سے گھر کے باقی افراد بھی کام کاج میں چلتے پھرتے پاس بیٹھ کر درود و شریف پڑھتے رہتے ہیں اور وہ اپنے مرشد صاحب کی طرف سے بتایا ہوا یہ درود و شریف پڑھتے ہیں ”الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ“ اور ہر جمعرات کو انٹی محلے کے بچوں کو اکٹھا کر کے ان سے درود و شریف پڑھواتی ہیں۔ پھر کچھ نعت خوانی اور دعا ہوتی ہے اور بعد میں بچوں میں کچھ کھانے کیلئے تقسیم کرتی ہیں۔ اس طرح سب مجھے معلوم ہوا کہ یہ سب درود و سلام (بقیہ صفحہ نمبر 28 پر)

## ماہ اکتوبر کے سوالات:

- (1) مجھے خوبصورت بننے کیلئے کوئی گریفٹار مولا چاہیے جو مجھے بہت خوبصورت بنا دے۔ (افشاں۔ چھب)
- (2) میرا پیٹ بڑھتا جا رہا ہے اس کے کم کرنے کے لیے کوئی نسخہ یا عمل بتائیں۔ (ظفر اقبال راولپنڈی)
- (3) میں روز بروز کمزور ہوتی جا رہی ہوں حالانکہ کوئی بیماری بھی نہیں آخر کیا وجہ ہے؟ (عائشہ کراچی)
- (4) میرے ہاتھ پر دانے بھرے رہتے ہیں۔ کسی موسم میں کم نہیں ہوتے حتیٰ کہ سجدہ کرتے ہوئے مصلیٰ ہیک جاتا ہے۔ آخر میں کیا کروں۔ (سلطان احمد نارووال)
- (5) میری ناف باہر نکل رہی ہوئی ہے۔ میری عمر 48 سال ہے 2 بار آپریشن کراچکا ہوں لیکن ناف اندر نہیں گئی۔ کسی نے نمک لگانے کو کہا۔ کیا میں لگاؤں؟ کوئی تجربہ کار میری فریاد سنے۔ (عتیق الرحمن۔ سمندری)
- (6) میں مستریوں کا کام کرتا ہوں، سینٹ کے گلے سے میرے سارے ہاتھ پھٹ جاتے ہیں۔ جلد اتر جاتی ہے کیا کروں یہ کام چھوڑ نہیں سکتا۔ (مستری کرم علی۔ سمند روڑ)
- (7) جب بھی کچن میں جاتی ہوں میرا چہرہ یکا یک سرخ ہو جاتا ہے اتنا کہ جیسے ابھی ٹھون ٹکے گا اور غار ش شروع ہو جاتی ہے گھر میں میرے علاوہ کوئی اور کام کرنے والا نہیں۔ (نہت نیلسلا)
- (8) مجھے آسمانوں کی سیر کرنے کا کوئی روحانی عمل چاہیے جن کے پڑھنے سے میں آسمانوں کی سیر کروں اور قدرت کے کرشمے دیکھوں۔ (بشری بھتی صادق آباد)
- (9) میرا ناک بہت بھدا ہے اور اس پر چکنائی بہت رہتی ہے دانے بھی نکلتے ہیں۔ بہت کریمیں لگائیں لیکن بے سود۔ آخر خود کشی کروں؟ کیا کروں؟ (کوثر امتیاز سیلی)
- (10) میری والدہ کا انتقال ہو گیا اور میں بالکل تنہا ہو گئی ہوں۔ کیونکہ بھائی بہن پڑھنے لکھنے والے ہیں۔ والد صاحب جب پرچے جانتے ہیں اور میں گھر میں بالکل اکیلی رہ جاتی ہوں مجھے سکون کا کوئی وظیفہ بتائیں۔ (سمیرا کنول۔ مور و سندھ)
- (11) مجھے خواب بہت آتے ہیں اور گندے گندے خواب آتے ہیں۔ میں ان خوابوں سے چھٹکارا پانا چاہتا ہوں کوئی حل بتائیں۔ (محمد افضل۔ کراچی)
- (12) میں اپنے آفس میں پریشان رہتا ہوں کسی کا سامنا نہیں کر سکتا، دل بے چین، ہر وقت خطرہ رہتا ہے۔ دل بہت زور سے دھڑکتا ہے۔ حالانکہ بظاہر کوئی پریشانی بھی نہیں ہے۔ (مرتضیٰ احمد۔ سکھر)

# قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین از ریہ نظر سلسلہ دار اصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ نوک، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں۔ یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

## ماہ اکتوبر کے جوابات:

- ☆ اولاد کی نافرمانی کا روگ عالمی روگ ہے۔ آپ اپنے رزق پر نظر رکھیں کہ کس رزق سے اولاد کی پرورش کی ہے؟ پھر اسی رزق سے جو پودا لگایا ہے اب وہ کتنے دے رہا ہے تو رونا کیسا۔ (عشرت۔ داہ کینٹ)
- ☆ اولاد کے لیے ”یامُئینب“ ہر نماز کے بعد پڑھنا بہت کارگر ہے۔ جو میرا تجربہ ہے۔ (عبد الشکور۔ لاڑکانہ)
- ☆ سایہ دراصل کسی عمل کا الٹ اثر ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ آپ نے کوئی غل کیا ہے اور اسے ادھورا چھوڑ دیا ہے اس لیے یہ سایہ ہے۔ بس اس کا ایک ہی حل ہے کہ دن رات سینکڑوں کی تعداد میں درود ابراہیمی پڑھیں۔ (مولانا عبد الطیف۔ گوجران)
- ☆ آپ کو ایک نوک تانا ہوں میرے والد مرحوم کو یہ تکلیف تھی علاج کیا پھر مرتے دم تک تکلیف نہ ہوئی۔ آپ ریشہ اور کشتہ قلعی ہوزن لے کر شیں کر بڑے کپسول بھر لیں۔ ایک کپسول صبح و شام دودھ کے ہمراہ چند ماہ تک کھائیں۔ (پروفیسر حسن رضا۔ کمالیہ)
- ☆ شوہر کے لیے آپ سورۃ الہب مع تسمیہ 40 بار ہر نماز کے بعد پڑھیں۔ اول آخر درود شریف بھی پڑھیں۔ 40 دن تک۔ (نور العین۔ حاصل پور)
- ☆ شوہر کو راہ راست پر لانے کے لیے ”یا لطیف، یا وَدُود“ کا عمل میں نے گزشتہ عبقری میں پڑھا اور دل سے کیا۔ میں اب اپنے شوہر سے مطمئن ہوں۔ (عاصمہ و شاد۔ لاہور)
- ☆ مجھے ایک فقیر سے ایک گفٹ ملا تھا چند لوگوں کو دیا۔ ان کی جلد کے پھلنے اور تل بالکل درست ہو گئے۔ پودینہ خشک، تربد سفید، ہریز سبز، عشبہ، شاترہ اور کالی ہریز، ہم وزن کوٹ پیس کر ہلکا بادام روغن سے ترکیب دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ ایک چمچ صبح و شام 7 ماہ تک۔ (حکیم یاسر الطاف۔ سبی)



# تذکرہ چند بڑے آدمیوں کا

حضرت محبوب الہی شاہ نظام الدینؒ نے ایک درویش کو اپنی جوتیاں دی تھیں۔ وہ درویش حضرت امیر خسروؒ کے پاس سے گزرا۔ آپؒ نے اسے کہا کہ مجھے تجھ سے اپنے مرشد کی خوشبو آتی ہے۔ پھر آپؒ نے اس سے وہ جوتیاں 5 لاکھ روپے کی خرید لیں۔

(محمد فاروق ریحان)

اور جو شخص یہ چاہتا ہو کہ اس کے ساتھ قبر میں کوئی دل بھلانے والا ہو تو اسے چاہیے کہ رات کے اندھیرے میں اٹھ کر نماز پڑھے اور جو شخص یہ چاہتا ہو کہ قیامت والے دن رحمن کے عرش کے سائے میں رہے وہ زہد اختیار کرے اور جو شخص یہ چاہے کہ اس کا حساب آسان ہو وہ اپنے آپ کا اور مسلمان بھائیوں کا خیر خواہ بنے اور جو شخص یہ چاہتا ہے کہ فرشتے اس سے ملاقات کریں تو وہ پرہیزگار بنے اور جو شخص یہ چاہتا ہے کہ جنت کے بیچ میں رہے وہ رات دن اللہ تعالیٰ کا ذکر کرنے والا بنے اور جو شخص چاہتا ہے کہ بغیر حساب کے میں جنت میں داخل ہو جاؤں اسے چاہیے کہ اللہ تعالیٰ کے آگے سچی توبہ کرے اور جو مال دار بننا چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی تقسیم پر راضی رہے اور جو شخص اللہ تعالیٰ کے سامنے فقیر بننا چاہے وہ خشوع اختیار کرے اور جو حکیم بننا چاہے وہ عالم بنے اور جو شخص لوگوں کے شر سے محفوظ رہنا چاہے تو وہ ہر ایک کا تذکرہ خیر سے کرے۔ جو شخص دنیا و آخرت کی شرافت چاہتا ہے اسے چاہیے کہ آخرت کو دنیا پر ترجیح دے اور جو شخص نہ ختم ہونے والی جنت الفردوس چاہتا ہے وہ شخص دنیا کے فساد میں اپنی عمر ضائع نہ کرے اور جو شخص دنیا و آخرت میں جنت چاہتا ہے اس پر سخاوت لازم ہے اس لیے کہ جنت آدمی جنت کے قریب اور جہنم سے دور ہوتا ہے اور جو شخص چاہتا ہے کہ کامل نور سے اس کے دل کو منور کیا جائے اس پر لازم ہے کہ اللہ تعالیٰ کی مخلوقات میں غور و فکر کرے اور جو شخص چاہتا ہے کہ اس کا بدن صابر ہو زبان ذکر سے تر ہو اور دل میں خشت ہو اس پر لازم ہے کہ کثرت سے مومن و مسلمان مردوں اور عورتوں کیلئے استغفار کرے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو ان باتوں پر کامل عمل کی توفیق عطا فرمائے۔

حضرت امیر خسرو رحمۃ اللہ علیہ:

ابو الحسن نام اور خسرو تخلص تھا۔ والد کا نام سیف الدین لاچین تھا اور وہ بلخ کے رہنے والے تھے۔ آپ کے نانا کا نام عماد الملک تھا۔ سلطان اتمش کے دور میں ہندوستان آئے اور ضلع

حضرت عثمان رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ متقی شخص کی پانچ علامات ہیں۔ (1) متقی شخص ایسے آدمیوں کی ہم نشینی اختیار کرتا ہے جس کے ساتھ بیٹھ کر دین کی اصلاح، شرم گاہ اور زبان کی حفاظت پر غلبہ حاصل ہوتا ہو۔ (2) متقی شخص کو جب دنیا کی کوئی بڑی چیز ملتی ہے تو وہ اس کو وبال سمجھتا ہے۔ (3) متقی شخص تھوڑی سی دنیا کو بھی غنیمت سمجھتا ہے۔ (4) حرام کی ملاوٹ کے ڈر سے اپنا پیٹ حلال سے نہیں بھرتا۔ (5) متقی شخص تمام لوگوں کو نجات یافتہ اور اپنی ذات کو ہلاک شدہ تصور کرتا ہے۔

حضرت محبوب بن مہر فرماتے ہیں کہ جو شخص دنیا میں آخرت کی تیاری کرتا ہے۔ قیامت کے دن اللہ تعالیٰ جل شانہ کے عذاب سے محفوظ رہے گا اور جس نے حسد چھوڑ دیا تو قیامت کے دن اللہ تعالیٰ کے عذاب سے محفوظ رہے گا۔ تمام مخلوق کے روبرو اس کی تعریف کی جائے گی اور جس نے حب جاہ ترک کر دی تو قیامت کے دن اللہ پاک کے دربار میں باعزت ہوگا اور جس نے دنیا میں فضولیات کو ترک کیا تو وہ نیک لوگوں کے ساتھ خوب عیش میں رہے گا اور جس نے دنیا میں جھگڑنا چھوڑ دیا قیامت کے دن کامیاب لوگوں میں سے ہوگا اور جس نے دنیا میں بخل چھوڑا قیامت کے دن مخلوق کے روبرو اس کا تذکرہ ہوگا اور جس نے دنیا میں راحت ترک کر دی وہ قیامت کے دن خوش ہوگا۔ جس نے دنیا میں حرام کو چھوڑ دیا قیامت کے دن انبیاء کے پڑوس میں رہے گا اور جس نے حرام چیزوں کو دیکھنا (مثلاً بد نظری، ٹی وی وی سی آر کیبل وغیرہ) چھوڑ دیا تو اللہ تعالیٰ قیامت کے دن جنت میں اس کی آنکھیں خوش کریں گے اور جس شخص نے گناہ کو چھوڑ دیا، دنیا میں فقر اختیار کر لیا تو اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اولیاء اور نبیوں کے ساتھ اس کا حشر فرمائیں گے اور جو شخص دنیا میں لوگوں کی ضروریات پوری کرنے میں لگا رہا اللہ تعالیٰ جل شانہ اس کی دنیا و آخرت کی ضرورتوں کو پورا فرمائیں گے

رعبہ میں موقع بنیانی میں خیمہ زن ہوئے۔ محبوب شعراء الہی حضرت شاہ نظام الدین اولیاءؒ سے سلوک کی منزلیں طے کیں۔ شعروادب میں بہت اونچا مقام پایا۔ ملک اشعراء کہلائے۔ اہل ایران نے ہند میں صرف ان کی فارسی دانی کا سکھانا ہے۔ عبادت و ریاضت سے آپ کو غیر معمولی لگاؤ تھا۔ آپ کے بارے میں شیخ فرماتے ہیں کہ

”کہ قیامت کے دن اگر مجھ سے پوچھا جائے کہ آخرت میں تو اپنے لیے کیا لایا ہے تو میں عرض کروں گا کہ امیر خسروؒ کے سینے کی سوزش لایا ہوں۔“

اپنے مرشد سے والہانہ محبت کا عجب واقعہ:

اپنے مرشد شاہ نظام الدین اولیاءؒ کی وفات کے وقت آپ سلطان غیاث الدین کے ساتھ بنگال گئے ہوئے تھے آپ بے تاب ہو کر دہلی دوڑے اور آتے ہی شیخ کے مزار پر آگئے ایک چیخ ماری اور کہا، ”عجب ہے کہ آفتاب زمین میں چھپ جائے اور خسرو زندہ رہے۔“ پھر آپ دنیا میں اتنا ہی زندہ رہے جتنا عمر صمد حضرت سیدہ فاطمہ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کے وصال کے بعد دنیا میں زندہ رہیں۔ 8 شوال 786ھ آپ نے وفات پائی۔ (حضرت محبوب الہی شاہ نظام الدینؒ نے ایک درویش کو اپنی جوتیاں دی تھیں۔ وہ درویش حضرت امیر خسروؒ کے پاس سے گزرا۔ آپؒ نے اسے کہا کہ مجھے تجھ سے اپنے مرشد کی خوشبو آتی ہے۔ پھر آپؒ نے اس سے وہ جوتیاں پانچ لاکھ روپے کی خرید لیں) اور انہیں سر پر رکھ کر عجیب جذب و کیفیت سے چلے۔ یہ رقم بادشاہ نے آپ کو ہدیہ دی تھی۔

خدا رحمت کند رہی عاشقان پاک طینت را

اللہ تعالیٰ مجھ گناہ گار کو بھی اپنے شیخ کا اس سے بھی زیادہ عشق عطا فرمائے۔

## قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی نوٹکہ یا کسی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ نے مشاہدے میں کسی پہل، سہزی، سیوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں کسی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں، ہم نوک، پلک، سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور جام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریروں بذریعہ ای میل بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com



# خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں یا بے رابطہ کیوں نہ لکھیں۔ (ام وراق)

## مریم عقی

مزدصادق نذیر بہادر پور سے لکھتی ہیں: سر کے بالوں کیلئے آلے وغیرہ بھگونے میں قباحت محسوس ہوتی ہے۔ روزانہ کون بھگوئے اور کون سردھوئے۔ ایسا نسخہ بتائیے جو آسانی سے بنا کر رکھ لیا جائے اور اس سے سردھویا جائے۔ دوسری بات یہ کہ میری بیٹی کے سر میں بے حد خشکی ہے جو بعض دفعہ تھوڑی سی نمی لیے ہوتی ہے۔ اس کیلئے کچھ بتائیے۔ چہرے کے بھورے تلوں کیلئے بھی مشورہ چاہیے۔

جواب: آپ آلے بھگو کر تین چار دن رکھ سکتی ہیں۔ خراب نہیں ہوں گے۔ آسان طریقہ یہ ہے کہ آپ کوٹ چھان کر چیزیں رکھ لیجئے۔ سردھونے سے آدھ گھنٹہ قبل ایک بڑا چمچ آلے کا سفوف گرم پانی میں بھگو دیجئے اور پھر سردھو لیجئے۔ خشکی کے چھلکے بڑے ہوتے ہیں یا نہیں اور یہ خشکی بالکل سفید اور گول قطروں کی طرح ہوتی ہے یا معمولی سی مقدار ہے۔ کھانے سے پانی تو نہیں نکلتا؟ چہرے کے بھورے تل کس جگہ ہیں؟ اور یہ کب سے ہیں؟ پیدائشی تو نہیں؟ یہ ساری باتیں لکھیں پھر آپ کو جواب دوں گا۔

بعض دفعہ چھانیاں منہ پر ہو جاتی ہیں۔ آپ کے چھانیاں تو نہیں؟ یہ بھی باریک باریک تلوں کی طرح اکثر نظر آتی ہیں۔ آپ کسی اچھی لیڈی ڈاکٹر کو دکھا کر مشورہ حاصل کیجئے۔ اندرونی خرابی کی وجہ سے بھی چھانیاں پڑتی ہیں۔ بھورے تل مدت سے ہوں تو پھر ختم نہیں ہوتے لہذا تدریجاً دوا بات ہیں۔

## سوزے غراب امر کے بال سفید ہیں

سوات سے ام شفیق لکھتی ہیں: ”آٹھ بچوں کی ماں ہوں۔ وجود بھاری بھر کم ہے۔ سینے میں ٹیسس اٹھتی ہیں۔ سوڑھے خراب ہیں۔ سر کے بال سفید ہیں۔ جوئیں پڑ جاتی ہیں۔ پنڈلیوں کے بال دور کرنے کیلئے نسخہ مانگا ہے۔

جواب: ام شفیق صاحبہ! آپ نے تفصیل سے اپنی کیفیت بیان نہیں کی۔ سینے میں درد کیوں ہوتا ہے۔ ٹھنڈا اثر ہے یا انفیکشن ہے؟ بعض دفعہ بچوں کو دودھ پلاتے وقت بھی یہ کیفیت ہوتی ہے آپ براہ کرم کسی ماہر لیڈی ڈاکٹر سے اچھی

بیماری ہے؟ اس کا کوئی علاج گھریلو طور پر ہو سکتا ہے؟ میرے حالات ایسے ہیں کہ ڈاکٹر کے پاس جا نہیں سکتی۔ براہ کرم مشورہ دیں۔ میرے سر والے بڑے سخت ہیں۔ وہ ڈاکٹر کے پاس کبھی نہیں جانے دیتے۔ میں کیا کروں؟

جواب: رات کو نظر نہ آتا ایک تکلیف دہ مرض ہے۔ اندھیرے میں ہماری آنکھیں چند منٹ بعد دیکھنے کے قابل ہو جاتی ہیں۔ کسی کو چندہ منٹ تک نظر نہ آئے تو اسے شب کوری کا مریض کہا جاتا ہے۔ آپ اپنے شوہر سے کہہ کر حیاتین الف بطور غذا یا دوا ضرور استعمال کریں۔ دوسری آسان بات یہ ہے کہ بکھرے کی کچلی منگائیں۔ اس کے ٹکڑے سچ میں دو ٹکڑوں پر سینک کر کھائیے۔ اس پر نمک اور کالی مرچ بھی چھڑک لیجئے۔ اس کے ساتھ آپ لیموں، گاجر، بند گوبھی کی سلا دکھائیے۔ کچی گاجریں یا گاجر کا جوس استعمال کیجئے۔ گاجر گوشت، گاجر نماز، گاجر جیتھی، گاجر پالک، گاجر قیہ، آلو گاجر مڑکی سبزی کھائیے۔ دن بھر میں آپ گاجر کے جوس کے دو گلاس پیجئے۔ اس سے آپ کو فائدہ ہوگا۔ چھوٹی کھسی کا شہد مل جائے تو اپنی آنکھوں میں رات کو لگائیے۔ روزانہ استعمال سے سے فائدہ ہوگا۔ (انشاء اللہ)

## بچہ ہکلاتا ہے

میرا بچہ آٹھ سال کا ہے اور بہت ہکلاتا ہے میں اس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ اس کے لیے کچھ بتائیے۔ (م، س کراچی)

جواب: بچے عام طور پر شروع میں ہکلاتے ہیں بارہ سال کی عمر تک وہ اپنی اس خامی پر تھوڑا بہت قابو پالیتے ہیں۔ آپ کو چاہیے بچے پر خاص توجہ دیں۔ جب وہ بات کرے تو نہیں مت غور سے اس کی بات سنیں۔ اس کی بات نہ کانٹیں۔

جب وہ بات کرے تو اس کی طرف خصوصی دھیان دیجئے۔ وہ بات ختم کر چکے تو آپ اطمینان سے اس کا جواب بڑی آہستگی سے دیجئے۔ آپ کو چاہیے رات کو سونے سے پہلے کم از کم پانچ سات منٹ پیار کے ساتھ بچے سے بات کریں تاکہ اسے احساس ہو آپ اس سے بہت محبت کرتی ہیں اور پوری توجہ سے بات سنتی ہیں۔ بچے کو چیک کرائیے کہیں بچے کی زبان کے نیچے ”ٹانٹوا“ تو نہیں۔ اسے کانٹے سے بھی بچہ آزادی سے بول سکتا ہے۔ بچے کو قرآن پاک پڑھائیے۔ کسی قاری کو گھر پر بلا کر تعلیم دلایئے۔ قرآن پاک پڑھنے سے بھی بہت فرق پڑے گا۔ زبان صاف ہو جائے گی۔

طرح معائنہ کرا کے علاج کرائیے۔ آپ کا جسم بھی بھاری ہے اس لیے آپ کو فوری طور پر معائنہ کرانا چاہیے تاکہ جلد سے جلد یہ تکلیف ختم ہو۔

مسوڑھوں کی خرابی کیلئے آپ دانتوں کے ڈاکٹر سے مشورہ کیجئے۔ دن میں دو بار دانت صاف کرنے چاہئیں۔ نیم کے پتے اہال کر اس سے غرارے کیجئے۔ آپ گھریلو طور پر منجن بنا سکتی ہیں۔ اس میں کالی مرچ، نمک، بادام کے جلے ہوئے چھلکے، پھٹکوی وغیرہ شامل ہوتی ہے۔ تھوڑا سا نمک اور سرسوں کا تیل ملا کر مسوڑھوں پر ملنے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔ معدے کی خرابی سے دانتوں پر اثر پڑتا ہے۔ آپ بڑا گوشت پالک نہ کھائیں۔ کباب، نکلے نقصان دہ ہیں۔ اپنی غذا میں سبزیاں پھل اور شہد شامل کیجئے۔ سوات میں خالص شہد مل جاتا ہے اور خوبانی بھی میسر ہے۔ آپ کیلئے لیموں کا رس مفید ہے۔ دن میں دو لیموں کا رس پانی میں چھوڑ لیجئے یہ سوجے ہوئے مسوڑھوں کا بہترین علاج ہے۔ لیموں کے ذرائع رس میں نمک ملا کر مسوڑھوں پر ملیں۔ اس سے ورم دور ہوگا۔ مسوڑھے مضبوط ہوں گے، خون بھی نہیں بہے گا۔

مسوڑھوں پر آپ شہد ملیں۔ اس میں تھوڑا سا نمک ملائیے۔ سر کے بالوں میں جوئیں ہوں تو نیم کے پتوں کو پکا کر اس سے روز سردھویئے اور باریک کنگھی سے جوئیں نکال لیں۔ پنڈلیوں کے بال آپ ویکس سے دور کر سکتی ہیں۔ مشین سے بھی بال صاف ہو جاتے ہیں۔

آپ حیاتین ج زیادہ استعمال کیجئے آج کل جو بھی کا موسم ہے۔ آپ چوں گو بھی ہی مرچ، شہد، مرچ، آلو، نمک استعمال کیا کیجئے۔ کھٹے پھلوں میں بھی یہ حیاتین ملے گا۔

اپنی صحت کا خیال رکھیے۔ صبح شام پیدل چلنے کی عادت ڈال لیں۔ گھر کے صحن ہی میں آپ چہل قدمی کر سکتی ہیں۔ اس نم میں آپ کا وزن بڑھنا نہیں چاہیے۔

## نظر نہیں آتا

ایک پریشان بہن: چند ماہ سے میں یہ محسوس کر رہی ہوں کہ معمولی اندھیرے میں کچھ نظر نہیں آتا۔ کیا یہ شب کوری کی







حضرت مولانا شاہ فضل الرحمن صاحب راج گنج مراد آبادی صاحب قدس سرہ

حصول مقاصد و نیاوی :-

(1) حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ (سورہ آل عمران آیت نمبر 173) روزانہ 500 مرتبہ پڑھا کریں (2) درود تحینا 70 مرتبہ روزانہ پڑھنا دنیاوی مشکلات کے واسطے مجرب ہے۔  
(3) وَالْقَوْصُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ  
اللَّهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ (سورہ بقرہ آیت نمبر 165) پڑھا کر یہ دعا کریں: ”اللہ! محبت و مودت فلاں بن فلاں اور دل و جان و مغز استخوان فلاں بن فلاں پر یہ گرداں و چنانکہ ایک لحظہ بے ادبوں تو اندامین آئیں۔“

**بِالْعِبَادِ** (سورہ اہقن آیت نمبر 44) (4) لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ  
**إِلَّا بِاللّٰهِ** 100 مرتبہ آؤں و آخر 11، 11 بار درود شریف  
 پڑھنا عجب ہے۔

اور ہر مرتبہ آئین پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھ منہ پر پھیر لیں اور  
 عرق گلاب پر دم کر کے رکھ لیں جس وقت محبوب کے سامنے  
 جائیں ذرا سا عرق گلاب دونوں ہاتھوں پر مل کر چہرہ پر پھیر لیں۔

ادائیگی قرض: ادائیگی قرض کیلئے کلمہ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کثرت سے پڑھنا مؤثر ہے۔

ویناوی عزت و ہرجا جت:

اَلَّذِي لَا يُطَاقُ اِنْتِقَامُهُ، يَا قَاهِرُ بِزُهْدِكَ دُعَا كَرِيْمٍ۔

نیادی عزت و ہرجا کیلئے "بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ سُبْحٰنَكَ الْقَادِرُ الْقَهَّارُ الْقَوِیُّ الْكَافِیُّ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ یَا

الہی فلاں بن فلاں کے مکروفریب اور اس کے شر سے مجھے بچا۔" یہ عمل 3 روز تک پڑھنا چاہیے۔  
**شفائے مریض:**

3 روز تک 25 مرتبہ پڑھیں۔ جب بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِی  
لَا یَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی  
السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ ۝ پڑھیں تو کہیں

کشاوی رزق:

يَا شَافِي شَفَا بَخْشِ فَلَائِ بْنِ فَلَائِ رَا اَزْ جَمِيعِ عِلَلٍ وَاَمْرَاضٍ

تغیر کا نام: 3 روز تک 21 مرتبہ زہیر اُجب بِسْمِ اللّٰہِ بِحَقِّ الْمَلِکِ الْحَقِّ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ۔

فعیاض جنات:

مَلَكُوتُ كُلِّ شَيْءٍ (سورہ یسین آیت 83) پر پانچویں تو 70

مرتبہ کہیں ”یاعزیز“ عزیز گرواں در چشم فلاں بن فلاں۔“ اس کے بعد اَلَمْ نَشْرَحْ ایک بار اور اِنَّا اَنْزَلْنَاهُ 30 بار پڑھیں۔ اس کے بعد جب حاکم کی عدالت یا اس کے مکان پر جائیں پوری دعا حزب البحر پڑھ کر جائیں۔

**ادائیگی قرضہ**

اعمال حزب البحر 2 دن تک روزانہ 15 مرتبہ پڑھنا چاہیے۔ جب وارز قنا

اصل:-

وہب لنا من لدنک دریہ طیہ کما "اللہم اکفی بحلالک عن حرامک و

زیارت رسول اللہ ﷺ کیلئے: سوتے وقت ایک ہزار مرتبہ سورہ الکواثر اور ایک ہزار مرتبہ درود شریف (بقری 28)

3 روز تک کنویں کے پانی پر جورات کے وقت نکالا گیا ہو۔  
ایک بار پڑھ کر دم کریں۔ جب فَاتَحَ لَنَا فَإِنَّكَ  
خَيْرُ الْفَاتِحِينَ پر پڑھیں۔ قُلِ اللَّهُمَّ مَلِكَ  
الْمُلْكِ سَبِّحْهُ حَسْبُ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 28-27)  
تک پڑھیں اور اس پانی سے لڑکی کے ہاتھ پاؤں دھو کر پاک چگہ  
ڈالیں کہ اس پر کسی کا پاؤں نہ پڑے یا بہتہ پانی میں ڈال دیں۔  
برائے تو مگر:

3 روز تک 27 مرتبہ پڑھیں اور جب **وَأَنْشُرْهَا عَلَيْنَا**۔  
**مِنْ خَزَائِنِ رَحْمَتِكَ** پڑھیں 70 مرتبہ پڑھیں  
**”يَا غَنِيَّ اغْنِنِي وَارْزُقْنِي رِزْقًا حَلَالًا طَيِّبًا**  
**وَأَسْعًا بَعِيرٍ حَسَابٍ“**۔ اور ہر روز 7 فقیروں کو شیرینی یا  
 کھانا حسب استعداد لکھائیں۔ فتوحات کا دروازہ کھل جائے گا۔  
 برائے کمالی معرفت و غلبہ حال:

3 روز تک 19 مرتبہ پڑھیں جب مَرَجَ الْبَحْرَيْنِ  
لِقَائِهِ ۝ اِنَّهُمَا بَرْزَخٌ لَا يَبْعِثُنِ (سورہ الزمر آیت نمبر  
20-19) پر پڑھیں تو 70 مرتبہ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ  
لَا تُدْرِكُكَ الْبَصَرُ ۝ (سورہ الزمر آیت نمبر 87) پڑھ کر کہیں:  
اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْأَلُكَ کَمَالَ الْمَعْرِفَةِ وَ  
فَقِیْقَةَ الْیَقِیْنِ بِرَحْمَتِكَ یَا اَرْحَمَ  
الرَّاحِمِیْنَ۔“

سلامتی ایمان کیلئے:

روزِ نمک دس مرتبہ روزانہ پڑھا کریں۔ حَسْبِيَ اللَّهُ تَعَالَى  
 عظیم پر پہنچیں 70 مرتبہ پڑھا دے گا وہیں  
 اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ اِیْمَانًا صَادِقًا وَ یَقِیْنًا  
 سَامِلًا وَ قُلْ اَعُوْذُ بِکَ مِنْ هَمَزَاتِ  
 الشَّیْطَانِ وَ اَعُوْذُ بِکَ رَبِّ اَنْ یَّحْضُرُوْنِ یَا  
 اِهْرٰذَ الْبَطْشِ الشَّدِیْدِ اَنْتَ الَّذِیْ لَا یُطَاقُ  
 قَامُهُ یَا قَاهِرُ۔“

حزب البحر پڑھنے کا طریقہ

پڑھیں۔  
: اکتوبر 2008  
14



# اپنے بچے کا حوصلہ بلند رکھیں

اس میں یہ صلاحیت پیدا ہو کر اپنے رجحانات کو قابو میں رکھ سکے اور اپنی آئندہ زندگی میں نظم و ضبط پیدا کر سکے۔ والدین کی حیثیت سے ہم پر یہ فرض بھی عائد ہوتا ہے بچے کی مرضی کو صحیح طور پر ڈھالیں۔ بچے کی قدر و قیمت پر ڈاک نہ ڈالا جائے۔

(حشمت خان - ایبٹ آباد)

اور موخر الذکر قرض خواہوں کے غلام ہوتے ہیں ان دونوں اقسام کے بچوں میں یہ صلاحیت نہیں ہوتی کہ وہ معاشرے کو کسی اچھی بنیاد پر قائم کر سکیں۔ اگر کچھ شاخ کو اس طرح سے موڑ دیا جائے کہ درخت ان دونوں غلط سمتوں میں ٹیڑھا نہ ہو تو زندگی بھر کی پریشانی سے بچ جاسکتا ہے۔

سوال یہ ہے کہ یہ کام کیسے کیا جائے؟ والدین اپنے بچوں کو ان غلط طریقوں سے یعنی انتہائی سختی اور انتہائی نرمی سے کیسے بچائیں؟ اس کوشش میں کون سا فلسفہ کارآمد رہے گا؟ ہمارا مقصد یہ ہے کہ بچے کا حوصلہ پست کئے بغیر اس کی مرضی کو صحیح سمت میں موڑا جائے۔ اس کے لیے ہم کو ”مرضی“ اور ”حوصلہ“ کا فرق سمجھنا چاہیے۔ انسانی شخصیت میں بچے کی مرضی ایک بڑی موثر قوت ہے۔ یہ عقل کی ان چند چیزوں میں سے ہے جو پیدائش ہی کے وقت پوری قوت کے ساتھ آجاتی ہے۔ بچپن کے بارے میں جو تحقیقات کی گئی ہیں انھیں نفسیات کے ایک مشہور رسالے ”سائیکولوجی ٹوڈے“ میں اس طرح سے بیان کیا گیا ہے کہ ”بچہ اپنے آپ کو اس وقت سے پہچاننے لگتا ہے جب اسے اس حقیقت کا بیان کرنے کے لیے بولنا بھی نہیں آتا۔ وہ عمداً اپنے ماحول پر خاص کر اپنے والدین پر قابو حاصل کرنے کی کوشش کرنے لگتا ہے۔“

جو بچہ اپنی مرضی کا مالک ہے اس کے والدین کے لیے یہ سائنٹیفک انکشاف کوئی نئی بات نہیں، کیوں کہ وہ رات رات بھر اسے گلے سے لگائے ٹپلتے رہے ہیں اور ننھے سے ڈکنیئر کا ہر حکم بجالاتے رہے ہیں۔ بعد میں ایک سرکش بچہ خفا ہو کر اس طرح سے اپنی سانس بھی روک سکتا ہے کہ بے ہوش ہو جائے جن لوگوں نے اس قسم کی سرکشی دیکھی ہے وہ کہتے کہ عالم میں رہ گئے ہیں۔ حال ہی میں ایک تین سالہ بچے نے یہ کہہ کر اپنی ماں کی بات ماننے سے انکار کر دیا کہ ”جانتی ہو؟ تم صرف میری ماں ہو؟“ ایک دوسری ماں نے اپنے تین سالہ بچے کے بارے میں بتایا کہ جب وہ اسے کچھ کھلانے چلی تو بچے نے انکار کر دیا اور مقابلے پر آمادہ ہو گیا۔ ماں نے جب

والدین اور بچے آج کل جس طرح سے الجھے ہوئے ہیں اتنے شاید پہلے کبھی نہ رہے ہوں گے۔ بعض والدین نے تو بچوں کو بالکل بے لگام چھوڑ دیا ہے اور بعض ان پر غلاموں اور قیدیوں کی طرح سے ظلم و ستم کر رہے ہیں۔ امریکا جو کہ انتہائی ترقی یافتہ ملک مانا جاتا ہے۔ وہاں یہ حال ہے کہ خود امریکا کے دانشوران مظالم سے نالاں ہو رہے ہیں جو والدین اپنے بچوں پر کرتے رہتے ہیں۔ اکثر اوقات انتہائی نیک نیتی کے باوجود بچوں پر سختی ہو جاتی ہے۔ صبر و تحمل کی تلقین کرنا بڑا آسان ہے لیکن خود اس پر عمل کرنا بڑا دشوار ہوتا ہے اور یہاں پر اسی چیز کی شدید ضرورت ہے۔ بچوں کو مہلت اور موقع دینا چاہیے تاکہ ان کی نشو و نما ہو سکے اور وہ محبت کرنا سیکھ سکیں۔ اس میں شک نہیں کہ بعض مواقع ایسے بھی آجاتے ہیں جب والدین کے لیے سختی کرنا ناگزیر ہو جاتا ہے۔ ان خطرات کو مارگریٹ اور ویلارڈ پچر نے اپنی کتاب ”بیرینٹس آن دی سن“ Parent on the Son میں بڑی خوبصورتی سے پیش کیا ہے۔ انہوں نے لکھا ہے کہ پرانے زمانے میں والدین کی حیثیت آقا کی ہوتی تھی اور بچے ان کے غلام ہوتے تھے۔ آج والدین غلام بن گئے ہیں اور بچے آقا بن گئے ہیں۔ آقا اور غلام کے درمیان کسی قسم کا تعاون نہیں ہے لہذا جمہوریت کا فقدان ہے۔ بچوں پر انتہائی سختی سے پابندیاں عائد کرنا درست نہیں اور ان کو ہر بات کے لیے بالکل آزاد چھوڑ دینا بھی غلط ہے۔ کیونکہ ان دونوں طریقوں سے بچوں میں خود اعتمادی پیدا نہیں ہوتی۔ جن بچوں کو نہایت سختی سے پالا جاتا ہے وہ یا تو بالکل نلکے ہو جاتے ہیں یا پھر خود سر ہو کر اپنے ارد گرد کے لوگوں سے لڑتے رہتے ہیں اور آخر کار اپنی زندگی کو برباد کر ڈالتے ہیں۔ لیکن جو بچے صرف اپنی مرضی کے علاوہ اور کسی کی بات نہیں مانتے وہ خود اپنی خواہشات کا شکار ہو جاتے ہیں۔ بہر صورت وہ غلام ہی ہوتے ہیں۔ اول الذکر ان لوگوں کے غلام ہوتے ہیں جو ان پر حکم چلاتے ہیں

اصرار کیا تو وہ اتنا خفا ہو گیا کہ اس نے دو روز تک کچھ بھی نہ کھایا۔ چنانچہ کمزور ہو گیا۔ لیکن اس کے باوجود اپنی بات پر اڑا رہا۔ ماں بے چاری پریشان ہو گئی اور اسے خجالت بھی محسوس ہوئی۔ آخر کار مجبور ہو کر باپ نے بچے کو گھور کر دیکھا اور کہا کہ اگر اب کھانے سے انکار کیا تو ایسی پٹائی کروں گا کہ یاد کرو گے۔ یہ ترکیب کارگر ثابت ہوئی اور مقابلہ ختم ہو گیا۔ بچے نے ہتھیار ڈال دیے اور جس چیز پر بھی ہاتھ پڑا اسے کھانے لگا۔

یہاں پر ایک سوال یہ درپیش ہوتا ہے کہ بچوں کی اس طرح کی سرکشی کا تذکرہ اتنا کم کیوں کیا گیا ہے؟ شاید اس کی وجہ یہ ہو کہ بچوں کو عام طور پر فرشتہ صفت تصور کیا جاتا ہے۔ لہذا اس قسم کی خامیوں کا تذکرہ مناسب نہیں سمجھا گیا۔ ”مرضی“ نازک اور کمزور نہیں ہوتی۔ جس بچے کے حوصلے پر حمل کا غلاف چڑھا دیا جاتا ہے وہ بھی اکثر اپنی ”مرضی“ کے معاملے میں فولا دھابت ہوتا ہے۔ لہذا وہ خود اپنے لیے اور دوسروں کے لیے ایک خطرہ بنا رہتا ہے۔ اسی قسم کا آدمی پل پر سے چھلانگ مارنے کی دھمکی دیتا ہے اور پورا شہر اس کی جان بچانے کی کوشش کرتا ہے۔ ہمارے خیال میں ”مرضی“ ایک ٹپک دار چیز ہے۔ اسے ڈھالا جاسکتا ہے اور ڈھالا جانا بھی چاہیے۔ اس کے ساتھ اسے مقفل بھی کرنا چاہیے تاکہ بچہ ہمارے خود غرضانہ مقاصد کے لیے محض مشین بن کر نہ رہ جائے، بلکہ اس میں یہ صلاحیت پیدا ہو کر اپنے رجحانات کو قابو میں رکھ سکے اور اپنی آئندہ زندگی میں نظم و ضبط پیدا کر سکے۔ والدین کی حیثیت سے ہم پر یہ فرض بھی عائد ہوتا ہے بچے کی مرضی کو صحیح طور پر ڈھالیں۔ (بقیہ نمبر 38 پر)

## حی آڈر اور غلط سمجھے والے ضرور پڑھیں

اکثر مئی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھنا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا مئی آڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا۔ بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم نوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔



# اللہ مہربان تو کل جہاں مہربان

## چقدر سے پوچھیں

اس کا جوشاندہ ٹھنڈا کر کے آنکھیں دھونے سے جلن دور ہوتی ہے، اسی طرح سے جسم دھونے سے خارش دور ہوتی ہے۔

(حکیم محمد اصغر سراج)

سردیوں کی یہ بھری پاکستان میں ہر جگہ ملتی ہے اور لوگ اسے مختلف انداز میں استعمال کرتے ہیں۔ خوش رنگ سرخ اور گہرے سبز کرارے پتوں کی بھری پتوں سمیت کھانے سے جسم کو کوئی اہم غذائی اجزاء ملتے ہیں۔ چقدر دو قسم کے ہوتے ہیں بطور بھری کھائے جانے والے اور شکر سازی میں استعمال ہونے والے۔ یورپ میں اس قسم سے شکر تیار کی جاتی ہے کیونکہ اس کے رس میں مٹھاس بہت ہوتی ہے۔ اس کو جانوروں کے چارے کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ فرانس اور سوئزر لینڈ میں اسے جانوروں کو قوی اور خوب صورت بنانے والا چارہ سمجھا جاتا ہے۔ چقدر میں حیاتین ب، حیاتین ج، پروٹین، کلسیم، فاسفورس کے علاوہ فولاد بھی ہوتا ہے۔ گاجر کی طرح مٹھی چقدروں میں 10 فیصد شکر ہوتی ہے جو گلکوز کی طرح فوراً خون میں شامل ہو کر توانائی بخشتی ہے۔

مغری جزی بوٹیوں کے ماہرین کے مطابق چقدر سے ہضم کی طاقت بڑھتی ہے اور جگر کا فعل چست ہوتا ہے۔ خاص طور پر کمزوری سے ہونے والا سر کا درد دور اور دماغ کو توانائی ملتی ہے۔ اس کا جوشاندہ ٹھنڈا کر کے، اس سے آنکھیں دھونے سے جلن دور ہوتی ہے۔ اسی طرح اس سے جسم دھونے سے خارش دور ہوتی ہے۔ اس مقصد کیلئے اس کے پانی میں اصلی سرکہ شامل کرتے ہیں۔ چقدر اور اس کے پتوں کے جوشاندے سے سرد دھونے سے خشکی بھڑی دور ہوتی ہے اور مسلسل استعمال کرتے رہنے سے بالوں کے جھڑنے کا سلسلہ رک جاتا ہے اور بال لمبے ہوتے ہیں۔

چقدر کو اب سرطان کیلئے بھی مفید سمجھا جا رہا ہے۔ خاص طور پر اس میں موجود لائیوین جیسے مانع تکسید جز کی وجہ سے سرطان کیلئے بہت مفید قرار دیا جا رہا ہے۔ جرمنی میں محکمہ اس کے مریضوں کو روزانہ کم از کم ایک کلو چقدر کھانے کا مشورہ دیتے ہیں۔ چقدر خاص طور پر نظام تنفس کی صحت کیلئے بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ طب کے لحاظ سے یہ ملیں ہوتا ہے یعنی اس کے کھانے سے قہقہ دور ہوتی ہے۔ مٹھاس زیادہ ہونے کی وجہ سے یہ ذیابیطس کے مریضوں کیلئے مناسب نہیں ہوتا۔

انہوں نے پوچھا کہ یہ کیسے روپے ہیں تو میں نے سارا واقعہ سنایا تو وہ بڑے حیران ہوئے اور کہا کہ یہ سب اللہ مہربان کی عنایت اور مہربانی سے ہوا حالانکہ میں تو تقریباً ایک ماہ بعد آیا ہوں۔ اللہ رب العزت نے میرا مشکل بندہ تمہاری خدمت کیلئے بھیج دیا۔

سے اتر رہے تھے۔ مجھ پر نظر پڑی اور میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ میں تقریباً خوشی سے اچھل پڑا۔ خیر میں ان سے ملا مصافحہ کیا۔ انہوں نے حال احوال پوچھا تو میں نے پورا واقعہ سنایا اور میں نے کہا کہ میں اللہ سے دعا کر رہا تھا کہ وہ مہربان آپ کو بھیج دے اور ویسا ہی ہوا تو جواب میں کہا کہ اسی نے مجھے بھیجا ہے۔

پھر وہاں سے ہم جی ٹی ایس کے اڈے (ایبٹ آباد کیلئے) گئے۔ راستے میں انہوں نے پوچھا کہ کھانا کھایا یا نہیں میں نے نفی سے سر ہلایا تو انہوں نے نکشیں سے کھانا منگوایا اور وہ میں نے اکیلی ہی کھایا۔ بقول ان کے وہ دکاندار کے ساتھ کھا کر آئے تھے۔ بعد میں انہوں نے درجن مانگے بھی لیے اور بس کے ٹکٹ بھی۔ مجھے تو معلوم نہ ہوا مگر جب ہم ایبٹ آباد پہنچے تو انہوں نے کہا کہ میرا یہاں شہر میں کوئی کام ہے آپ جا سکتے ہیں، میں شام تک فارغ ہوں گا۔ انہوں نے مجھے پچاس کا نوٹ دیا کہ راستے میں کام آئیں گے جو کہ میں نے لیے۔ میں نے ان کو اور انہوں نے مجھے خدا حافظ کہا اور ہم ایک دوسرے سے رخصت ہو گئے۔ تقریباً ایک ہفتہ بعد وہ صاحب (عبدالرحمن) پشاور تشریف لائے میں ان سے بڑی گرم جوشی سے ملا اور پچاس کا نوٹ انہیں دیا۔ انہوں نے پوچھا کہ یہ کیسے روپے ہیں تو میں نے سارا واقعہ سنایا تو وہ بڑے حیران ہوئے اور کہا کہ یہ سب اللہ مہربان کی عنایت اور مہربانی سے ہوا حالانکہ میں تقریباً ایک ماہ بعد آیا ہوں۔ یہ اسی کا کام اور وقت قبولیت تھا۔ اللہ رب العزت نے میرا مشکل بندہ تمہاری خدمت کیلئے بھیج دیا۔ اللہ مہربان تو کل جہاں مہربان۔ (عارف عزیز۔ ملتان)

### مچھروں سے نجات پانے کا آسان ٹوٹکا

نیم کی مولیاں کوٹ کر سرسوں کے تیل میں جلائیں، پھر یہ تیل لگائیں، مچھر نزدیک نہ آئے گا یا نیم کے پتوں کی دھونی دیں اس سے مچھر بھاگ جاتے ہیں۔ (غلام قادر ہران، جھنگ)

میری ڈیوٹی ختم ہوئی تو مجھے مرکزی کیمپ سے بلاوا آیا اور واپس کیلئے کہا گیا اور یہ بھی کہا گیا کہ یہ ٹرک جو کہ تیار کھڑا ہے اگر اس ٹرک میں واپس جانا چاہو تو پشاور جا سکتے ہو مگر میں نے سوچا کہ یہ سڑک جسے شاہراہ ابریشم کہا جاتا ہے، بڑی شاندار سڑک تھی میں نے کہا کہ میں شاہراہ ابریشم کی سیر کرتا ہوا پشاور جاؤں گا۔ اتفاق سے ایک دین جو کہ مانسہرہ کیلئے تیار کھڑی تھی، میں ایک ہی جہت میں دیگن کے اندر تھا۔ صرف ایک ہی سواری جو کہ میں تھا، لیکر دیگن سڑک پر دوڑنے لگی۔ اتنی شاندار سڑک، ایسے محسوس ہو رہا تھا جیسے میں ہوائی جہاز میں اڑ رہا ہوں۔

میں ایک دم چونک گیا جب کنڈیکٹر نے ٹکٹ مانگا اور میں نے پوچھا کتنا کرایہ تو جواب آیا 18 روپے میرے تو ہوش ہی اڑ گئے کیونکہ میرے پاس صرف 20 روپے تھے ناچار دو نوٹ دس دس والے اسے دیئے اور 2 روپے لیکر جیب میں رکھ لیے اور سوچوں میں گم ہو گیا کہ مانسہرہ سے ایبٹ آباد اور ایبٹ آباد سے حسن ابدال اور حسن ابدال سے پشاور، میں کیسے پہنچوں گا؟ اسی پریشانی میں تھا مجھے ایک خیال آیا کہ ہمارے ایک بزرگ عبدالرحمن صاحب جو کہ گوجرانوالہ سے مانسہرہ کا دربار کیلئے آتے تھے (عبدالرحمن صاحب نوار ڈوری کا کام کرتے تھے)۔ مجھے ان کا خیال آیا کہ یا اللہ تو مہربان ہے تو مہربانی فرما اور عبدالرحمن صاحب کو بھیج دے (میں نے مانسہرہ پہلے کبھی نہیں دیکھا تھا) اس وقت ایک ہی لمبا بازار تھا ویکٹن سے میں اتر اور سیدھا اس بازار میں چلا رہا۔ دور دائیں ہاتھ ایک دکان پر بان بیڑھی وغیرہ لٹکی ہوئی تھیں لیکن وہ صاحب (عبدالرحمن) وہاں بھی نہ تھے۔ بڑی مایوسی ہوئی اور اسی طرح دائیں بائیں مذکورہ دکانیں تھیں اور میں اسی طرح آگے اور آگے ہی کی طرف رواں تھا۔

آخری دکان پر جب میں نے دیکھا تو مجھے یقین ہی نہیں آ رہا تھا کہ عبدالرحمن صاحب اس وقت اس دکاندار سے ملکر دکان



# دبسی گھی سے الرزجی اور ناک کی بڑھی ہڈی کا علاج

میرے محسن منصور صاحب کہنے لگے ایسے لوگ جو دماغی کمزوری، یادداشت میں کمی اور اعصابی کھنچاؤ کا شکار رہتے ہوں، دبسی گھی ذرا پیمیں ڈال کر ناک میں قطرہ قطرہ ڈالنا انہیں ایسی صحت دے گا کہ دیکھنے اور سننے والے حیران رہ جائیں گے۔

**تاریخین آپ کیلئے قیمتی موتی جن کرنا ہوں اور چھپائیں آپ بھی مئی میں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر محمد طارق احمد علی چٹائی)**

1965ء کی بات ہے کہ ایک حکیم صاحب کا بڑا چرچا تھا جو حکیم کبوتر والا کے نام سے مشہور تھا۔ میرا ایک ہمسایہ اختر جو میرا دوست بھی تھا۔ اس کو ناک بند ہو جانے کی بہت سخت تکلیف تھی۔ اس نے اس وقت کے مشہور ڈاکٹر اسد اللہ لون سے وقت لیا۔ ہم ڈاکٹر کو ملنے کیلئے جا رہے تھے کہ یکدم مجھے راستے ہی میں حکیم کبوتر والے کا خیال آیا۔ ہم پہلے ان کے پاس گئے وہ اس وقت اپنے کبوتروں میں مشغول تھے اور ان کو اڑا رہے تھے۔ ہم نے اسی مشغولیت میں ان سے بیماری کا عرض کیا تو انہوں نے کبوتر اڑاتے اڑاتے جواب دیا کہ کیا معاذ اللہ! اللہ پاک کا کارخانہ خراب ہو گیا ہے یا ڈانکی خراب ہو گئی ہے۔ یہ کچھ بیماری نہیں صرف خشکی ہے۔ اس کا آسان علاج یہ ہے کہ صرف گائے کا خالص گھی جو صرف گائے کا ہی ہو لے کر رات سوتے وقت دونوں طرف ناک میں 2،2 قطرے ڈالیں۔ (دبسی گھی کی خوبی ہے باڈی سپر پیپر پر پکھل جاتا ہے) اس نے 15 دن کیا۔ اس کے بعد کافی لمبا عرصہ یعنی سالہا سال ہم اکٹھے رہے اس کو وہ شکایت نہیں رہی (یعنی 6 سال تک اکٹھے رہے پھر اس کو ناک کے بند ہونے کا عارضہ نہیں ہوا)۔

ضرورت کے وقت میں نے خود بھی استعمال کیا، ناک کھل گیا۔ کئی احباب جو ناک کی ہڈی بڑھنے ناک بند ہونے کی شکایت کرتے تھے کا انہیں بتایا، وہ بغیر آپریشن کے تندرست ہو گئے۔ قارئین یہ مہالے کے انداز میں جو بھی گفتگو ہمارے دوست دلبر صاحب کے درمیان ہوئی وہ من و عن آپ کی خدمت میں عرض کر دی ہے نسخہ کیا ہے؟ راز کیا ہے؟ جستجو کیسے کی اور آخر نسخہ حاصل کیسے کیا، یہ سب کچھ آپ کے سامنے عرض کرتا ہوں۔ طب دراصل ایک مکمل تحقیق جستجو اور تلاش مسلسل کا نام ہے۔ قارئین یقین جانیے ہر طبیب اپنے مزاج میں جستجو ضرور رکھتا ہے۔ وہ اس تلاش کی وجہ سے مادہ مارا پھرتا ہے یہاں تک کہ اسے اگر مال جان اور وقت خرچ کرنا پڑے تو ضرور کرتا ہے۔ ایک دفعہ بندہ کے جانتے والے کو کسی صاحب سے علم طب

## مخلوقات میں محبوب بنیں

جب کسی حاکم کے پاس جانا ہو تو دل ہی دل میں حرفِ نجی کو ترتیب وار پڑھ کر حاکم کی طرف دم کر دو۔ انشاء اللہ حاکم مہربان ہو جائیگا۔

اگر کسی خاص شخص کو اپنا فرمانبردار اور مسخر کرنا مطلوب ہو۔

مثلاً حاکم وغیرہ کو تو لازم ہے عروج ماہ میں کسی دن صبح اٹھے اور غسل کر کے گندم کے ہزار دانے لیکر جو عمل شروع کرنے سے پہلے دھو کر تیار رکھے ہوئے ہونگے، بیٹھ جائے اور صدق دل سے مسخر کرنے والے آدمی کی شکل کا تصور کر کے

”يَا رَحْمَنُ كُلِّي شَيْءٍ وَ رَاحِمَهُ يَا رَحْمَنُ“

ایک ایک مرتبہ پڑھ کر ایک ایک دانہ پر دم کرتا جائے۔

یہاں تک کہ سب دانے پورے ہو جائیں۔ پھر ان دانوں کو احتیاط کے ساتھ کسی محفوظ جگہ پر رکھ دے۔ دوسرے دن

پھر اسی طرح غسل کر کے بیٹھ جائے اور ایک ایک مرتبہ پڑھ کر ایک ایک دانہ پر دم کرتا جائے۔ علیٰ ہذا القیاس

تیسرے دن بھی بعد غسل کے اسی طرح کرے۔ تصور

ضروری ہے۔ اول و آخر درود شریف بھی پڑھے۔ تین دن

کے بعد دانوں کو کسی مٹی کے پاک کورے برتن میں بند

کر کے پاک پانی ڈال کر جوش دے۔ اور پھر اسی برتن کو

معد دانوں کے اسی طرح بند کا بند ہی معد سرپوش کے کسی

ویران کوئیں میں ڈال دے۔ انشاء اللہ حاکم مطیع و مسخر ہو

گا۔ خواہ کیسا ہی سنگدل اور برسر غضب کیوں نہ ہو، تابعدار

ہو جائے گا۔ مجرب ہے۔

اگر کوئی شخص چاہے کہ تمام مخلوقات اس کی عزت کرے اور

اس کے ساتھ لطف سے پیش آئے تو لازم ہے کہ بکمال وضو

غسل و طہارت کوئی وقت مقرر کر کے تین دفعہ روزانہ ذیل کا

عمل پڑھ لیا کرے۔ تمام مخلوقات انشاء اللہ العزیز مسخر ہوگی۔

اور جو کچھ کہے گا اسی کی تابعداری کرے گی، عمل یہ ہے۔ اول

تین مرتبہ کوئی درود شریف پڑھو۔ پھر تین مرتبہ

قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ

هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ۝ پھر تین مرتبہ لَيْسَ

كَمْفِلِهِ شَيْءٌ وَ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ۝ پھر پانچ

مرتبہ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَ بَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا

مُحَمَّدٍ وَ عَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ (بقیہ صفحہ نمبر 38)

ابن الرزجی گولی سے درست نہ ہوتی ہوں۔

میرے محسن منصور صاحب کہنے لگے ایسے لوگ جو دماغی کمزوری

یادداشت میں کمی اور اعصابی کھنچاؤ کا شکار رہتے ہوں، دبسی

گھی ذرا پیمیں ڈال کر ناک میں قطرہ قطرہ ڈالنا انہیں ایسی

صحت دے گا کہ دیکھنے اور سننے والے حیران رہ جائیں گے۔

اس عمل کے تجربات مسلسل مل رہے تھے۔ استعمال کرنے

والے مطمئن اور خوش تھے۔ ایک صاحب کہنے لگے میں ب

خوابی ڈپریشن اور ٹینشن میں مبتلا تھا حتیٰ کہ نیند نہ آنے کی وجہ

سے آنکھوں اور سر میں درد رہنے لگا۔ جب سے یہ دبسی گھی کا

نوٹکہ استعمال کیا، خود حیران ہوں کہ میں نے تو اپنے آپ کو

مایوس مریض سمجھ رہا تھا، کیسے شفا یاب ہو گیا؟

آپ بھی استعمال کریں۔ دبسی گھی صرف گائے کا ہی ہو اور کچھ

عصہ ناک میں ڈالیں اور پھر رحمت الہی کے کرشمے، یکھیں۔



# نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

**پریشان اور بد حال گھرانوں کے الجھنے خطوط اور سلجھے جواب**

اچھائیوں کو انتہا تک لے جایا جاسکتا ہے۔ غصے سے گریز کریں اور غصے کے وقت اپنے ہوش و حواس پر مکمل قابو رکھیں۔ لوگوں کی عزت کرتے ہوئے ان کے ساتھ نیک سلوک کریں اور بدلہ لینے سے گریز کریں۔

## خوف کی جگہ احترام

مجھ میں بچپن سے ہی بہادری خود اعتمادی بالکل نہیں۔ لوگوں سے ڈرتا ہوں۔ اس کے علاوہ ایک اور خوف ہے جو میرے کام میں حائل ہے وہ ہے سائیکل چلاتے ہوئے ڈر لگتا ہے۔ لوگ میرے کام اور اخلاق کو دیکھتے ہوئے مجھے ملازمت دے دیتے ہیں لیکن جب سائیکل چلانے کے بارے میں پوچھتے ہیں تو خاموش ہو جاتے ہیں۔ پیدل چل کر بہت سوچتا ہوں کہ سائیکل چلانا سیکھ لوں میرا ہی فائدہ ہے۔ پھر خیال آتا ہے ٹریفک کے پیچھے آ جاؤں درد اور چوٹوں کا احساس ہوتا ہے۔ (جنید ملتان)

اگر سڑک پر چلتے ہوئے ٹریفک کا خوف کرتے رہے تو سائیکل نہ چلا پائیں گے۔ اس خوف پر قابو پانے کیلئے سائیکل پر بیٹھ جائیں اور چلانے کی کوشش کریں۔ پہلی بار میں ہی سڑک پر آنے کی ضرورت نہیں۔ پہلے ان راستوں پر چلائیں جہاں ٹریفک نہ ہو پھر کم ٹریفک والی سڑکوں پر آئیں لیکن زیادہ ٹریفک والی سڑک پر اس وقت چلائیں جب مکمل سیکھ لیں۔ انسان کا یہ خوف اس وقت تک رہتا ہے جب تک وہ اسے اپنے دماغ پر حاوی رکھتا ہے۔ جیسے ہی وہ اس خوف پر حاوی آتا ہے خوف ختم ہو جاتا ہے۔ بچپن سے تو کوئی بھی بہادری نہیں ہوتا ہر بچہ ڈرتا ہے وقت کے ساتھ ہی ڈر ختم ہو جاتا ہے اور اس کی جگہ اعتماد آ جاتا ہے۔

## بزرگوں کا ادب

ہمارے خاندان میں بزرگوں کی بہت زیادہ عزت کی جاتی ہے خاص طور پر دادا یا نانا کے سامنے اونچی آواز میں بول بھی نہیں سکتے۔ والدین کی بات بھی مانتی فرض ہوتی ہے۔ ایسے ماحول میں رہتے ہوئے مجھے ایک لڑکی سے محبت ہو گئی مگر میں نے شادی کا وعدہ نہیں کیا کیونکہ مجھے معلوم تھا کہ یہ وعدہ پورا نہ ہو سکے گا۔ اب میں اس سے ملنا کم کر رہا ہوں اس کے ساتھ ہی اپنے خاندان کے بزرگوں کے بارے میں عجیب عجیب خیالات آرہے ہیں۔ رات کو نیند بھی نہیں آتی، قریبی

عزیزوں کی موت نظر آتی ہے۔ صبح اٹھ کر بھی بے چین رہتا ہوں۔ (دقاص..... بلوچستان)

آج کل آپ تکلیف دہ ذہنی کیفیت سے گزر رہے ہیں اس لیے خیالات بھی متاثر ہیں۔ بزرگوں کے سخت رویے نے ذہنی طور پر اتنا بوجھل کر دیا کہ ان کے بارے میں بھی عجیب خیالات آنے لگے جبکہ درحقیقت آپ ان کی عزت کرتے ہیں اور کبھی انہیں کسی تکلیف دہ حالت میں دیکھنا بھی پسند نہیں کرتے۔ یہ تو ہے شعوری کیفیت لیکن لاشعوری طور پر ذہن ان کی یہ بات ماننے پر مزاحمت کر رہا ہے اور یہ کیفیت خیالوں سے ظاہر ہو رہی ہے۔ آپ حقائق پر غور کیجئے کہ آپ کے اپنے حق میں کیا بہتر ہے؟ والدین کی فرمانبرداری سے اچھی اور کوئی بات نہیں۔ بزرگوں کی عزت بھی کرتے رہیں۔ لڑکی سے ملنا فوری طور پر ترک کر دینا چاہیے اور پھر جلد ہی خود کو اچھی سرگرمیوں میں مصروف کر لیں۔

## احساس کمتری

میں نے اپنے پرانے دوستوں سے ملنا چھوڑ دیا ہے۔ وہ مجھ سے آگے بڑھ گئے ہیں۔ آفس میں کچھ اچھے لوگوں سے دوستی ہوئی اب ان سے بھی دور ہوتا جا رہا ہوں کیونکہ پہلے عہدے میں وہ میرے برابر تھے اور اب میں وہیں ہوں اور ان کا عہدہ مجھ سے بڑھ گیا ہے۔ میری طبیعت کچھ ٹھیک نہیں تھی میں نے چھٹیاں کر لیں۔ اس طرح میری ترقی روک دی گئی۔ وہ تو شکر ہے کہ ملازمت رہ گئی ورنہ فارغ بھی ہو سکتا تھا۔ دراصل میں لوگوں کو اس وجہ سے چھوڑ دیتا ہوں کہ ان کے سامنے مجھے اپنی ذات غیر اہم محسوس ہوتی ہے اور یہ ہے بھی حقیقت کے میں اپنے افسر تو کیا ماتحت کی توجہ بھی حاصل نہیں کر سکتا۔ (محمد ذاکر لاہور)

جواب: اپنے اور دوسروں کے بارے میں حقائق کو تسلیم کر لینے کا رویہ موجودہ احساس سے نجات دلا سکتا ہے۔ جن لوگوں نے ترقی کی انہوں نے محنت بھی کی ہوگی جبکہ آپ نے کسی بھی وجہ سے چھٹیاں کی تھیں اس لیے ملازمت کے وہ

فوائد حاصل نہ ہو سکے جو دوسروں نے حاصل کر لیے۔ آپ کو ان کی حوصلہ افزائی کرنی چاہیے اور اپنے بارے میں بھی اچھا سوچیں۔ آئندہ زیادہ توجہ سے کام کریں صلاحیتوں کا بہترین استعمال آگے بڑھنے میں مددگار ہوگا۔

## مجھے پروا ہے

یونیورسٹی کا طالب علم ہوں۔ سوچتا ہوں مجھ میں کوئی کمی ہے لیکن کیا کی ہے؟ یہ نہیں معلوم۔ اتنی ہمت ہے کہ اپنے اندر کی خامی کو دور کر سکوں اور کسی کو پورا کر لوں۔ مجھے پتا تو چلے۔ کوئی رہنمائی تو ہو لوگوں سے محبت، عزت اور شفقت کی خواہش ہے مگر مایوسی ہوتی ہے ہر چیز میں انتہا تک جانا چاہتا ہوں۔ مثلاً مذہب، انصاف، محبت، تعلیم وغیرہ۔ بچپن سے جھوٹ بولتا ہوں۔ پکڑا جاتا ہوں تو جھوٹ بولتا ہوں چاہتا ہوں کہ غصہ نہ کروں لیکن جب کوئی ایسا معاملہ آتا ہے تو ذہن ماؤف ہو جاتا ہے۔ (ناصر خان، پشاور)

جواب: تحریر سے ہی شخصیت کی کمزوریوں کا اندازہ ہو رہا ہے۔ مثلاً جھوٹ بولنا، انتہا پسندی، غصہ کرنا، لوگوں سے ایسے سلوک کی توقع رکھنا وغیرہ۔ کوشش کریں کہ کیسی ہی صورتحال ہو سچ بولنا ہے۔ جہاں تک انتہا تک پہنچنے کی بات ہے تو اپنی تمام ذمہ داریوں کو خوش اسلوبی سے نبھاتے ہوئے، اچھائیوں کی انتہا تک لے جایا جاسکتا ہے۔ غصے سے گریز کریں اور غصے کے وقت اپنے ہوش و حواس پر مکمل قابو رکھیں۔ لوگوں کی عزت کرتے ہوئے ان کے ساتھ نیک سلوک کریں اور بدلہ لینے سے گریز کریں۔ وقت آپ کو اہم ثابت کر دے گا۔

## // چہرے پر چمک پیدا کرنے کے لیے //

کچھ لوگوں کے چہرے نقوش کے اعتبار سے تو جا ذہیت رکھتے ہیں مگر چمک نہیں رکھتے۔ یہ نسخہ سب استعمال کر سکتے ہیں۔ اس کے لیے عورت و مرد کی تمیز نہیں۔ لیموں کا رس ایک چمچ، زعفران چند پتیائیں (پسی ہوئی) روغن زیتون، ایک چمچ سب کو ملا کر رکھ لیں رات کو سوتے وقت چہرے پر لگائیں۔ روزانہ چند دن ایسا کرنے سے چہرے کی جلد چمک اٹھے گی۔ (شہباز احمد، شاہ دولہ روڈ، گجرات)



# ایک مجرب عمل سے میری کامیابی

چچا مجھے کہنے لگے کہ میں اس شخص کا بل بنا رہا ہوں اور اذان کا بھی وقت ہو رہا ہے۔ کیا تمہیں اذان آتی ہے؟ میں نے ان کو اذان سنائی اور چچا نے مجھے لاؤڈ سپیکر کی چابی دے کر کہا کہ جاؤ اور وضو کر کے اذان دے دو اور یہ میری زندگی کی پہلی اذان تھی

(سبحان اللہ یوسف زئی، صوابی)

سمیت جہاز پر چلا جاؤں اور یقین کریں کہ اللہ تعالیٰ نے ایسا

سبب بنایا کہ میں اپنے اس مقصد میں بھی کامیاب ہو گیا۔

تیسری مرتبہ بھی میں نے کراچی میں بھی اس کو مجرب پایا۔

اس کی تفصیل کچھ یوں ہے کہ لاہور میں حکیم محمد طارق محمود

چغتائی صاحب کی چند کتب پڑھنے کا اتفاق ہوا۔ کتابیں کیا

پڑھیں کہ اس مرد مومن کا غائبانہ عاشق ہو گیا اور یہ پتہ

چلانے میں لگ گیا کہ پتہ نہیں حکیم صاحب اب اس دنیا میں

ہو گئے بھی یا نہیں اور اگر ہو گئے بھی تو نہایت ہی ضعیف العمر

ہو گئے کیونکہ ظاہر ہے اتنی ریسرچ جو کی ہے۔ بہر حال بڑی

مشکل سے حکیم صاحب کا پتہ چلا کہ ان سے بات کر کے

ملاقات کی خواہش ظاہر کی اور یہ حسن اتفاق تھا کہ اگلے دن

حکیم صاحب نے کراچی آنا تھا۔ حکیم صاحب نے بڑی

شفقت سے ایڈریس سمجھایا اور اگلے دن میں حکیم صاحب

کے پاس پہنچ گیا۔ مریضوں کی قطار میں خاکسار بھی اپنی باری

کے انتظار میں بیٹھ گیا۔ جب باری آئی اور حکیم صاحب کو

دیکھا تو بالکل ہی میرے خیال کے متضاد، ایک نورانی شکل

خوبرو جوان تھے۔ جن کی عمر کا اندازہ میں نہیں لگا سکا۔ وہ 30

کے بھی لگتے تھے 35 کے بھی 40-45 کے بھی لگتے تھے۔

بہر حال میں نے ان کو اپنے آنے کا مقصد بتایا۔ انہوں نے

مجھے کہا کہ اگر مجھ سے روحانی طور پر کچھ لینا چاہتے ہو تو ابھی،

بہت رش ہے، انتظار کرو۔ میں نے کہا ٹھیک ہے۔ نماز ظہر کا

وقت ہو گیا ہے تو میں قریبی مسجد میں گیا۔ ادھر ہی عمل مجرب کا

خیال آیا۔ فوراً ہی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگی کہ یا اللہ

طارق صاحب مجھے توجہ دے دیں۔ جب دوبارہ حکیم

صاحب نے مجھے بلا یا تو انہوں نے کہا کہ تیرے پاس جتنے

عملیات ہیں اور مجربات ہیں ایک کاغذ پر لکھ لو۔ میں نے لکھ

دیے اور یہ عمل مجرب بھی لکھ دیا۔ حکیم صاحب نے پوچھا کہ یہ

عمل مجرب کتنی مرتبہ آزما چکے ہو؟ میں نے کہا 2 دفعہ آزما

ہے بالکل ہی مجرب نکلا۔ ابھی تیسری مرتبہ آج آپ پر پڑھا

ہے دیکھتا ہوں کہ کام کرتا ہے یا نہیں۔ حکیم صاحب یہ سن کر

یہ اس وقت کی بات ہے جب میں آنکھوں میں جماعت میں

پڑھتا تھا اور اسکول سے آنے کے بعد اپنے چچا کے ساتھ ان

کی دکان ملک جنرل اسٹور پر بیٹھتا تھا۔ وہیں پر ان سے

قرآن پاک بھی سیکھتا تھا، دکان میں ریڈیو بھی پڑا تھا جس پر

ہم خبریں سنتے تھے۔

ایک دن ریڈیو پر کوئی اسلامی پروگرام چل رہا تھا۔ دوران بیان

مولوی صاحب نے ایک بات کہی کہ اگر کسی کو کوئی بھی حاجت

ہو اور وہ چاہے کہ وہ پوری ہو جائے تو اول و آخر درود شریف ایک

مرتبہ، سورۃ فاتحہ ایک مرتبہ اور سورۃ اخلاص تین مرتبہ پڑھ کر اللہ

تعالیٰ سے دعا کریں۔ ان شاء اللہ حاجت پوری ہو جائیگی۔

جب میں نے یہ سنا تو میری خوشی کی انتہا نہ رہی مجھے اذان دینے

کا بہت شوق تھا اور ان دنوں میرے چچا ہمارے محلے کی

مسجد میں اذان دیا کرتے تھے۔ ایک دن ایک شخص ہماری

دکان پر سودا لینے آیا تھا۔ اس وقت عصر کا نائم تھا۔ چچا نے مجھے

گودام سے کوئی چیز لانے کو کہا۔ میں نے ادھر گودام میں بھی مذکو

رہ عمل پڑھ کر یہ دعا مانگی کہ اے اللہ آج اذان میں دے دوں۔

جب گودام سے آیا تو چچا مجھے کہنے لگے کہ میں اس شخص کا بل بنا

رہا ہوں اور اذان کا بھی وقت ہو رہا ہے۔ انہوں نے مجھ سے

پوچھا کہ کیا تمہیں اذان آتی ہے؟ میں نے ان کو اذان سنائی اور

چچا نے مجھے لاؤڈ سپیکر کی چابی دے کر کہا کہ جاؤ اور وضو کر کے

اذان دے دو اور یہ میری زندگی کی پہلی اذان تھی۔

دوسری مرتبہ میں نے یہ عمل اس وقت آزما یا جب میں اپنی

نوکری کے سلسلے میں بلیر کینٹ کراچی میں تعینات تھا۔ میرے

چھوٹے بھائی حیات اللہ کی شادی (صوابی صوبہ سرحد) میں

ہوئی تھی۔ میں چاہتا تھا کہ میں بائی روڈ دھکے کھانے سے بچ

کر بائی ایر سرکار کی طور پر جہاز میں بیوی بچوں سمیت چلا

جاؤں۔ بہت کوشش کی، سفارشیں کروائیں لیکن کام نہ بنا۔

اچانک عمل مجرب کی طرف خیال چلا گیا۔ بس پھر کیا تھا عمل

مذکورہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگی کہ یا اللہ بیوی بچوں

مسکرائے اور کہا کہ دیکھو مجھ پر بھی چل گیا اور میں تمہیں اتنی

توجہ دے رہا ہوں۔ وہاں پر جو لوگ بیٹھے تھے وہ بھی حیران

تھے کہ حکیم صاحب ایک اجنبی کو اتنا وقت اور توجہ دے رہے ہیں۔

بلکہ وہاں حکیم صاحب کے شاف میں ایک شخص تھا جس کا نام

ابھی مجھے یاد نہیں صرف اتنا یاد ہے کہ اس نے مجھے چائے بھی

پلائی اور بار بار مجھے کہتا تھا کہ سبحان بھائی آپ میں ضرور کوئی

خاص بات ہے، جس کی وجہ سے حکیم صاحب پہلی ملاقات

میں آپ کو اتنی اہمیت دے رہے ہیں۔ بہر حال قصہ مختصر حکیم

صاحب واپسی کے وقت ایئر پورٹ تک مجھے ساتھ لے گئے

اور راستے میں مجھے مختلف قسم کے عملیات کے بارے میں

بتاتے رہے اور جہاز پر سوار ہونے تک بار بار مجھے تاکید

کرتے رہے کہ سبحان نون پر رابطہ رکھنا۔

لیکن سبحان بد قسمت و نیا داری میں ایسا پھنس گیا کہ پھر اس

مرد مومن سے نہ رابطہ کر سکا اور نہ ہی ملاقات۔ بس صرف

انکی کتابیں اور عبقری پڑھ رہا ہوں۔ آخر میں قارئین عبقری

سے التماس ہے کہ آپ بھی اپنے جائز مقاصد کے لیے اس

عمل مجرب کو ضرور آزمائیں اور مجھے اپنی دعاؤں میں ضرور

یاور رکھیں۔

## ﴿میاں بیوی میں محبت کے لیے﴾

گھر بیوٹا چاقی یا میاں بیوی میں محبت کے لیے روزانہ صبح کی نماز پڑھ کر 7 دن (بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ) 786 مرتبہ پانی یا مٹی چیز پر دم کر کے کھلائیں ان شاء اللہ ان دونوں کے درمیان لڑائی ختم ہوگی اور محبت بڑھ جائے گی۔

(مرسلہ: محمد و شاد ثاقب - ملتان)

## ایضاً اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہوگئی ہو تو ضرور اصلاح اور

اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو غالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ

چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے

کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور غلطوں پر مبنی

ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے

گی۔ نیز عبقری میں فرقہ وارانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔

مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری

نہیں لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)



# یورک ایسڈ کی زیادتی خواتین کی کمر درد شب کوری دماغ پر اثر بالوں کا مسئلہ

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جب طلب امور کے لئے یہ لکھا ہوا جوابی لفظ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی نوٹ یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفظ زمرے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ فٹ: وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

دفعہ آتے تھے۔ اب چار ماہ سے نہیں آئے۔ پیٹ کافی بڑھ گیا ہے، کمر میں درد رہتا ہے۔ لیکور یا نہیں ہے۔ پہلے خشک سپاری بھی بہت کھاتی تھی۔ (آسیہ، کراچی)

جواب: ریوند عصر، مصر، مفتی سقونیا نمبر 1۔ چاروں کو کوٹ پیس کر پنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک گولی صبح و شام نیم گرم دودھ کے ہمراہ، اگر پاخانے پتلے ہوں تو گھبراہٹیں نہیں۔ جس نے بھی مستقل دو ماہ استعمال کیا ہے انشاء اللہ فائدہ ہوا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو ضرور استعمال کریں۔

## بچوں میں جلن

میری عمر 60 سال ہے۔ کچھ عرصہ پہلے رسولی کا آپریشن ہوا تھا۔ اس کے بعد تو میرا پیشاب جل کر آتا ہے اور تھوڑا تھوڑا آتا ہے اور محسوس ایسا ہوتا ہے جیسے اندر کا سارا بوجھ نیچے کی طرف آ رہا ہے۔

دوسری شکایت یہ ہے کہ موسم سرد ہوا گرم۔ اچانک پھوں میں جلن شروع ہو جاتی ہے۔ ایک آگ سی لگ جاتی ہے۔ یہ کیفیت بس پانچ دس سیکنڈ ہی رہتی ہے۔ پھر نارمل ہو جاتا ہوں۔ اس طرح کے دورے تقریباً روزانہ سات آٹھ دفعہ پڑتے ہیں۔ براہ کرم کوئی ایسی دوائی تجویز فرمائیں جن سے یہ تکلیف دور ہو جائے۔ (عبدالحمید، حویلیاں)

جواب: آپ مصالحہ دار قلی ہوئی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں اور مندرجہ ذیل نسخہ مستقل استعمال کریں۔

گل سرخ، گل نیلوفر، الائچی، خورد الائچی، کلاں، سونف، سفید زیرہ، مصری، ہر ایک ہموزن کوٹ پیس کر سونف تیار کر کے آدھ چمچ دن میں چار بار پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 7-18 استعمال کرنے سے فائدہ زیادہ ہوگا۔

## دماغ پر اثر

یہ مسئلہ میری کزن کا ہے جس کی عمر 28 سال ہے اور غیر شادی

ایک مہل کریں۔ بکرے کی تلی روزانہ تازہ لے کر اس پر سورہ والضحیٰ 7 بار پڑھ کر پکڑ کر کھالیں اور چند ماہ تک یہ عمل کریں لیکن یہ عمل روزانہ ہو۔ بے شمار بریض اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے تندرست ہو گئے ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5-16 استعمال کریں۔

## خواتین کی کمر درد کیلئے نسخہ

ماہنامہ عبقری میں آپ نے خواتین کی کمر درد کا ایک درجہ ذیل نسخہ درج کیا ہے بلکہ اسکا نسخہ نام گوری، سونٹھ، ہم وزن کوٹ پیس کر تیار کر لیں اور دن میں تین مرتبہ استعمال کریں اس میں اس کی خوراک درج ہونے سے رہ گئی ہے کہ کتنی مقدار میں اس کو استعمال کیا جائے۔ ماشے تو لے، چمچ یا آدھا چمچ وغیرہ؟

آخر میں آپ نے جو امراض اس نسخہ میں درج کیے ہیں ان میں کیا خوراک ہوگی اور کتنے عرصہ تک استعمال کرنا ہوگی اور کتنی دفعہ دن میں استعمال کرنا ہوگی۔ (خان محمد صابری، لاہور)

جواب: اس کی مقدار خوراک آدھ چمچ دودھ نیم گرم کے ہمراہ دن میں چار بار استعمال کریں۔ اس سے کم اور زیادہ بھی کر سکتے ہیں۔ یہ نسخہ عورتوں کی دیگر پوشیدہ اور مردوں کی پوشیدہ بیماریوں کیلئے آزمودہ ہے۔ بس اتنا اشارہ کافی ہے۔

## ماہواری میں خرابی

میری عمر 24 سال ہے۔ مجھے ماہواری 14 سال کی عمر میں شروع ہوئی۔ پہلے پھل باقاعدگی کے ساتھ آتے تھے۔ پھر دو یا تین ماہ بعد آنے لگے۔ کبھی چار اور کبھی چھ ماہ بعد آنے لگے۔ میں نے ڈاکٹری کورس بھی کیے جو کہ تین ماہ کے تھے۔

ایک سال تک انگریزی دوائی کھائی۔ مگر اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ جب تک دوائی کھاتی تھی منسز آتے تھے۔ بعد میں حکیم کی دوائی بھی ایک سال تک کھائی مگر اس سے بھی تاریخ ٹھیک نہیں ہوئی۔ اب سال بھر سے کوئی دوائی نہیں کھائی۔ گھریلو ٹکے کیے تھے جن سے سال میں تین چار

## یورک ایسڈ کی زیادتی

میں چھ ماہ سے بازوؤں اور ٹانگوں کے جوڑوں کے درد میں مبتلا ہوں۔ صبح بیدار ہوتی ہوں تو سارا جسم سوجن میں مبتلا ہوتا ہے۔ درد والے حصے پر زیادہ سوجن، نیلا ہٹ اور خون کی نالیوں میں درد ہوتا ہے۔ زیادہ دردت کو ہوتا ہے۔ جب بھی سردی لگے، درد شروع ہو جاتا ہے۔ میں نے ڈاکٹروں کو بھی چیک کروایا ہے۔ بعض نے گنٹھیا، پٹھر یکس اور یورک ایسڈ کی زیادتی بھی بتائی ہے۔ (ایک، بہن، لاہور)

جواب: بہن آپ مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ افادہ ہوگا۔ مخون فالسہ ایک چمچ دن میں 4 بار استعمال کریں۔ انجیر 7 دانے صبح و شام کھائیں۔ کلونچی نصف چمچ صبح و شام لیں۔ یہ نہایت اکیسر نسخہ ہے اب تک جس کو بتایا ہے نہایت فائدہ ہوا ہے۔ بے شمار معذور اور لاچار مریدین تندرست ہو گئے ہیں اور صحت مند بھی۔ آپ بھی توجہ اور دھیان سے یہ نسخہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ کم از کم 2 ماہ۔ کھنٹی ٹھنڈی بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

## شب کوری

میرا مسئلہ یہ ہے کہ جیسے جیسے رات ہوتا شروع ہوتی ہے مجھے کم دکھائی دینے لگتا ہے اور ریفلیکشن کا بھی پکڑ ہے۔ اس کے علاوہ جب چیز بالکل قریب آ جاتی ہے تو تب معلوم پڑتا ہے مثلاً ٹریفک وغیرہ۔ رات کو کاروں کی لائٹ سے عام لوگوں کی نسبت آنکھیں زیادہ چندھیا جاتی ہیں اور کچھ نظر نہیں آتا۔ گردن میں بھی درد رہتا ہے۔ تقریباً 10 سال پہلے میرا ایکسیڈنٹ ہوا تھا اس ایکسیڈنٹ میں میری ناک کی ہڈی ٹوٹ گئی تھی اور مجھے اس وقت سے یہ مسئلہ لاحق ہے۔ (کاشف، پنڈی)

جواب: طبی زبان میں اس مرض کو شب کوری کہتے ہیں۔ آپ



شده ہے۔ وہ چار پانچ سال سے متذکرہ بیماری میں مبتلا ہے۔ پہلے صرف زیادہ پیشاب آنا شروع ہوا، پھر پٹھے کھینچنے لگے۔ پھر دماغ پر بھی اثر ہونے لگا۔ ڈرنے لگ گئی۔ جب دماغ پر اثر ہوتا ہے تو پرانی باتیں یاد کر کے کبھی رونے لگتی ہے اور کبھی ہنسنے لگتی ہے۔ اپنی بہن اس کے بچے اور خاندان کو کبھی تو خوش ہو کر ملتی ہے اور کبھی کہتی ہے کہ میں انہیں دیکھوں گی بھی نہیں۔ ماہواری کی ڈیٹ بھی صحیح صحیح نہیں۔ دودھ مینے نہیں آتے اور کبھی آجاتے ہیں۔ دودھ اسے علاج کے طور پر بجلی کے جھٹکے لگوا چکے ہیں۔ جب زیادہ سوچتی ہے تو پیشاب زیادہ آنا شروع ہو جاتا ہے اور ساتھ اندر سے دماغ بھی درد کرنے لگ جاتا ہے۔ نیند بہت کم آتی ہے جسم ہر وقت درد کرتا ہے۔ بعض دفعہ بالکل ٹھیک ہوتی ہے۔ گھر کے سارے کام کرتی ہے لیکن جیسے ہی دماغ میں کوئی بات آجائے کام وہیں چھوڑ دیتی ہے کہ خود کر لو، میں نوکر نہیں ہوں۔ جب چھوٹی بہن گھر آئے تو اس کا موڈ سخت آف ہو جاتا ہے کہ یہ تمہاری لاڈلی بیٹی ہے۔ یہ زیادہ پیاری ہے، اسے تم نے شروع سے ہی

زیادہ پیار دیا ہے اور مجھ سے کام کروایا ہے۔ ڈاکٹری علاج بھی کروایا ہے۔ ہومیو پیتھک علاج بھی کروایا ہے۔ کسی اللہ کے بندے سے اللہ اللہ بھی کروائی ہے لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔ گرم چیز اس نہیں آتی۔ (خمینہ کوثر، اسلام آباد)

جواب: روحانی حساب کے مطابق آپ کی کزن پر کسی قسم کا جادو نہیں اور نہ ہی آسیب ہے بلکہ دماغی نفسیاتی بیماری ہے۔ اس لیے یکسو ہو کر اس کا علاج کریں۔ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے ایک دوائی "سکونی" منگوا کر مستقل تین ماہ استعمال کرائیں۔ ترکیب استعمال اوپر لکھی ہوئی ہوگی۔ مریض کو مصالحہ دار گرم تلی ہوئی چیزوں سے مکمل پرہیز کرائیں۔ ہاتھ پاؤں کی ہتھیلیوں کی خوب مالش کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 6-7 کو مستقل استعمال کریں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

### کمزوری

حکیم صاحب میں عرصہ دراز سے بیمار ہوں صحت نہیں بنتی، بڑیوں کا دھانچہ بنتا جا رہا ہوں، گال چمک گئے ہیں جگہ جگہ

کافی علاج کروایا ہے پانی کی طرح پیسے بہا دیئے ہیں تھوڑا لکھنے کو زیادہ سمجھیں۔ مہربانی کر کے اچھی سی دوا تجویز کر دیں۔ (محمد خان، قصور)

جواب: صبح دیسی انڈے کو ہاف بوائل کر کے اس کی زردی نکال کر پانچ چمچی خالص شہد ملا کر کھائیں۔ دو پہر رات چرند پرند جھون کر کھائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 2-3 استعمال کریں

### بالوں کا مسئلہ

مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال پہلے نولے اور خوبصورت تھے لیکن اب پتلے اور موٹے کھا چکے ہیں اور گزشتہ ایک سال سے لگا تار گر رہے ہیں اور چہرے پر بھی دانے نکل رہے ہیں ایسا مشورہ دیں کہ میرے بال پہلے جیسے ملائم ہوں اور چہرے پر دانے نکلا بند ہو جائیں۔ (علی شاہ، بستی مکران)

جواب: کھانے کے بعد ایک چمچی خالص شہد کھالیا کریں۔ صبح ناشتہ میں بادام کا عمدہ حلوہ ضرور کھائیں۔ بالوں کو شیشو صابن سے بچائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 3-14 استعمال کریں۔

### مریضوں کی منتخب دوائی کا چارٹ

#### غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی، مین والی، چنے، کرلیے، نماز، طعم، بڑا قیہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑی، مین کی روٹی، دار چینی، لوگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بننے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (مفتی)، مین کا حلوہ، عذاب کا قہوہ

#### غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہ، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، بنجر مرچ، کوئی ترشی، باجرے کی روٹی، بوڑھ کی، اڑھی یا انجیر کا قہوہ، اچار، لیموں، مرہ، آملہ، مرہ ہریز، مرہ، بنی، مونگ پھلی، شربت انجیر، سنبھل، جاسن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

#### غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم، پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مرہ، آم، مرہ، ادراک، جریہ، بادام، حلوہ، بادام، قہوہ، ادراک، شہد والا، قہوہ، سونف، پودینہ، قہوہ، زیرہ، سفید، زیرہ کی چائے، انوٹی کا دودھ، دیسی گھی، پیپتہ، کھجور تازہ، خر بوڑھ، شہتوت، کشش، انگور، آم شیریں، گلقد، دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

#### غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پاک، ساگ، بیگن، پکوانے، انڈے کا آلیٹ، دال، مسور، ٹماٹو، کچپ، مچھلی، شوربہ، والی، روغن زیتون کا پرائٹھا میتھی والا، لہسن، اچار، ڈیلے، چائے، پشادری، قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونگی، کھجور، خوبانی خشک۔

#### غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، گڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجر پیلہ، چاول کی کھیر، بیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، بگی کی، بیٹوں اپ، دودھ، مکھن، میٹھی، لسی، الائچی، بنی دانہ والا، مٹھنا، دودھ، مالٹا، مکی، میٹھا، الائچی، کیا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالوہ، فروز، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

#### غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ، کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ، میٹھا، امرو، گرما، سردا، خر بوڑھ، پھیکا، مرہ، گاجر، حلوہ، گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خیرہ، گاؤ زبان، عرق گاؤ زبان، انجیر، قہوہ گل، سرخ، بالائی، حلوہ، سوچی، دودھ، سویاں، میٹھا، دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ، جلیبی، بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برنی، کھوپ، گنڈیریاں، گئے کا رس، تربوز، شربت بزدری، شربت بنفشہ

#### غذا نمبر 8

آلو گوگھی، خرف کا ساگ، کدو کا رائیہ، بند گوگھی اور اس کی سلاد، دہی، بھلے، آلوچھولے، پکنی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مرہ، سیب، مرہ، بنی، خیرہ، مردارید، بنجر، بھنے ہوئے آلو، سنگتہ، اناس، رس بھری

#### غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، غائب ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، مچھلی، دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، گجو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کثیر اور بالنگو، سیب

# نوٹوں کی کہانی

شدید بھوک اور نان کے حصول میں ناکامی نے موچی کو غصہ دلایا اور وہ ایک میدان میں جا کر زور زور سے چیخنے لگا۔ ”یہ نظام درست نہیں ہے۔ اس نظام کو بدن ہوگا۔“ موچی کے چیخنے پر بہت سے لوگ وہاں جمع ہو گئے۔

## امام احمد بن حنبلؒ سے عقیدت

حضرت امام شافعیؒ نے اپنا قاصدا امام احمد بن حنبلؒ کے پاس یہ پیغام دے کر بھیجا کہ آپ عقیقہ ایک عظیم مصیبت میں گرفتار ہونے والے ہیں۔ مگر اس سے سلامتی کے ساتھ نکل جائیں گے۔ جب قاصد نے امام احمد بن حنبلؒ کو یہ خبر دی تو امام احمد بن حنبلؒ نے ہدیہ میں اپنا کرتاس قاصد کو دے دیا۔ قاصد کرتالے کر امام شافعیؒ کے پاس پہنچے۔ امام شافعیؒ نے دریافت کیا کہ کیا انہوں نے اس کے نیچے کچھ پہنا ہوا تھا؟ قاصد نے جواب دیا کہ نہیں!..... امام شافعیؒ نے اسے بوسہ دیا اور آنکھوں پر رکھا اور اس کرتے کو برتن میں رکھ کر اس پر پانی ڈالا اور دل کر نچوڑا اور اس غسالہ پانی کو شیشی میں بند کیا اور اپنے پاس رکھا۔ پھر جب ان کے ساتھیوں، رشتے داروں میں سے کوئی بیمار ہوتا تو اس پانی میں سے تھوڑا سا بھیج دیتے۔ جب وہ بیمار اسے اپنے جسم پر چھڑکتا تو اللہ تعالیٰ کے فضل سے وہ شفا یاب ہو جاتا۔ (عبد اللہ لاہور)

## غیبت کتنی بری ہے؟

ایک مرتبہ حضرت خواجہ حسن بھریؒ سے کسی شخص نے کہا کہ فلاں شخص نے آپ کی غیبت کی ہے؟ آپ نے جھو ہارے منگوائے اور ایک برتن میں رکھ کر اس شخص کے پاس اس پیغام کے ساتھ بھیجے کہ میں آپ کا شکر گزار ہوں، آپ نے میری غیبت کر کے اپنی نیکیوں کو میرے نامہ اعمال میں منتقل کر دیا۔ میں آپ کے اس احسان کا بدلہ چکا نہیں سکتا۔ تاہم یہ حقیر ساقفہ قبول فرمائیے۔ وہ شخص خواجہ حسن بھریؒ کے اس سلوک سے بہت شرمندہ ہوا اور آپ کی خدمت میں حاضر ہو کر معافی مانگ لی۔ (عمران۔ جھنگ)

## مجبور و مختار

ایک مرتبہ ایک یہودی نے حضرت علیؑ سے پوچھا کہ انسان مجبور ہے یا مختار؟ آپؑ نے اس سے کہا کہ ایک ٹانگ اٹھاؤ، اس نے اٹھائی۔ آپؑ نے فرمایا: دوسری بھی اٹھاؤ۔

اس نے جواب دیا پھر تو میں گرجاؤں گا۔ آپؑ نے فرمایا: بس اتنا انسان مجبور ہے اور اتنا ہی با اختیار ہے۔ (ندیم۔ انگ)

## حافظ شیرازی کون تھے؟

خواجہ شمس الدین محمد حافظ شیرازی فارسی زبان کے بہت بڑے شاعر تھے۔ آٹھویں صدی ہجری کے آغاز میں شیراز (ایران) میں پیدا ہوئے اور ۹۱۷ء میں وفات پا گئے۔ حافظ قرآن تھے۔ شروع ہی سے شعر و تصوف کے مطالعے کا شوق رکھتے تھے۔ حافظ شیرازی قطعات، قصائد، رباعیات اور مثنوی بھی لکھتے تھے۔ لیکن غزل کے میدان میں بہت نام پیدا کیا۔ ”دیوان حافظ“ نے حافظ شیرازی کی عظمت کو چار چاند لگا دیئے۔ (عدنان محمود جہان)

## نوٹوں کی کہانی

یہ اس زمانے کا ذکر ہے جب دنیا میں سکوں اور نوٹوں کا وجود نہیں تھا۔ لوگ جس کے بدلے جس کے نظام (Barter System) کے تحت چیزوں کا لین دین کرتے تھے۔ ایک دفعہ یوں ہوا کہ ایک موچی جوتے لکیر نان بائی کے پاس گیا اور اس سے جوتوں کے بدلے نان طلب کئے۔ نان بائی بولا۔ ”تم نے جوتے دیئے تھے، اس کے بدلے میں نے شکاری سے گوشت لے لیا تھا اور پرسوں جو جوتے دیئے تھے، وہ میں نے پہنے ہوئے ہیں۔ مجھے جوتوں کی ضرورت نہیں ہے۔ ہاں البتہ میرا مٹی کا پیالہ ٹوٹ گیا ہے۔ تم کہہ کر سے پیالا دو تو میں تمہیں نان دے دوں گا۔“

نان بائی کی بات سن کر موچی کہہ کر کے پاس چل دیا تاکہ اسے جوتے دے کر پیالہ لے اور پھر اس پیالے کے بدلے نان حاصل کر سکے۔ مگر جب موچی نے جوتوں کے عوض پیالہ مانگا تو کہہ کر بولا۔ ”بھائی موچی! میرے پاس جوتے ہیں۔ ہاں اگر تم مجھے شکاری سے گوشت لا دو تو میں تمہیں پیالہ دے دوں گا۔“ یہ سننا تھا کہ موچی بغیر دم لئے کہہ کر کے پاس سے اٹھا اور سیدھا شکاری کے پاس پہنچ گیا اور اس سے جوتوں کے عوض گوشت طلب کیا۔

شکاری نے کہا۔ ”جوتے تو میرے پاس بھی ہیں، میں ان

کے بدلے تمہیں گوشت نہیں دے سکتا۔ ہاں البتہ اگر تم مجھے نیا چاقو لا دو تو میں تمہیں گوشت دے سکتا ہوں۔“ کیونکہ میرا پرانا چاقو زنگ آلود ہو چکا ہے۔“ مگر مرتا کیا نہ کرتا کہ مصداق موچی چاقو فروش کے پاس گیا تو چاقو فروش بولا۔ ”مجھے تو جوتوں کی ضرورت ہی نہیں۔“

چاقو فروش کے بعد اب کوئی آس نہیں تھا۔ جس کے پاس جا کر وہ کوئی ایسی چیز لے سکتا جو چاقو فروش کو دے کر اس سے چاقو حاصل کرتا۔ پھر اس چاقو کے بدلے گوشت لے کر کہہ کر کو دیتا اور اس کہہ کر سے پیالا حاصل کر کے نان بائی کو دیتا تاکہ اس سے کچھ نان حاصل کر سکے۔

شدید بھوک اور نان کے حصول میں ناکامی نے موچی کو غصہ دلایا اور وہ ایک میدان میں جا کر زور زور سے چیخنے لگا۔ ”یہ نظام درست نہیں ہے۔ اس نظام کو بدن ہوگا۔“ موچی کے چیخنے پر بہت سے لوگ وہاں جمع ہو گئے اور جب انہیں حقیقت حال معلوم ہوئی تو وہ سب کہنے لگے یہ صورت تو کبھی کبھی ہمارے ساتھ بھی پیش آ جاتی ہے۔ ہمیں اس مسئلہ کا کوئی حل تلاش کرنا ہوگا۔

بہت غور و خوض کے بعد یہ طے پایا کہ سونے یا چاندی کو بطور زر استعمال کیا جائے۔ جس کو جو چیز بھی چاہیے ہو وہ اس کے بدلے لے لیں۔ پھر یہ کہ سونا اور چاندی جوتے نہیں جو گھس جائیں اور نہ ہی نان ہیں جو باسی ہو جائیں۔ یہ مٹی کا پیالہ یا گوشت بھی نہیں جو ٹوٹ جائے یا مڑ جائے اور نہ ہی یہ لوہے کی ایسی چیز ہے جسے زنگ لگ جائے۔ یوں متفقہ فیصلے کے بعد پہلی دفعہ سونے اور چاندی کے سکے ڈھالے گئے۔ اب موچی سمیت تمام لوگ خوش تھے جنہیں اپنی ضرورت کی چیز کے حصول کے لیے مارے مارے نہیں پھرنا پڑتا تھا بلکہ سونے اور چاندی کے سکوں کے بدلے انہیں وہ چیز فوراً مل جاتی تھی۔

بہت عرصہ بعد جب لوگوں نے محسوس کیا کہ سکے تعداد میں زیادہ ہو جانے کے بعد ان کو لے کر سفر کرنا ایک مسئلہ بنتا جا رہا ہے تو لوگ ایک بار پھر میدان میں جمع ہوئے اور انہوں نے متفقہ طور پر کاغذ کے نوٹ تیار کرنے کا فیصلہ کیا اور یوں سونے اور چاندی کے بھاری سکوں کی جگہ کاغذ کے ہلکے ہلکے نوٹوں نے لے لی۔ (شروذ خان۔ فیصل آباد)



# اکتوبر کی احتیاطی تدابیر اور مفید غذائیں

وسط اکتوبر سے برف کا استعمال بہت کم کر دینا چاہیے۔ رات دس بجے کے بعد چھت یا مچن میں سونے کی بجائے کمرے یا برآمدے میں سوئیں۔ رات کے پچھلے پہر پنکھوں ایئر کولروں اور اے سی کا استعمال بند کر دینا چاہیے۔ ٹھنڈے پھل، ٹھنڈی سبزیاں خاص کر رات کو نہیں کھانی چاہئیں۔

(حکیم محمد انور مطیع)

پنکھوں ایئر کولروں اور اے سی کا استعمال بند کر دینا چاہیے۔

ٹھنڈے پھل، ٹھنڈی سبزیاں خاص کر رات کو نہیں کھانی چاہئیں۔ صبح دوپہر کو تازہ پانی سے غسل کریں اور شام کے وقت نہانے سے پرہیز کریں۔ خاص کر وہ خواتین جو حاملہ ہوں یا جن کے بچوں کی عمریں دو سال سے کم ہوں انہیں چھت اور مچن میں بالکل نہیں سونا چاہیے اور وہ لوگ بھی ان تدابیر پر سختی سے عمل کریں جو پہلے سے مندرجہ بالا امراض کا شکار ہوں۔

مفید غذائیں: اس بدلتے ہوئے موسم میں صبح ناشتے میں ذیل روٹی، انڈے، دلیہ، پٹے، پٹے کا شوربہ، دودھ، مین اور انڈے کا حلوا، مین کی روٹی، دہی اور مرہ، آم، کھجور، مین استعمال کریں۔

نیز چائے کے شوقین لوگ چائے بھی پی سکتے ہیں۔ جو لوگ اعصابی دردوں، بخار، فاج، کھانسی، لقوہ، دمہ، نزلہ، زکام، پھیپھوں کی کمزوری، جوڑوں کے درد، بد ہضمی اور ہاتھ پاؤں کے سن ہو جانے والی امراض کا شکار نہ ہوں، وہ صبح لسی کا استعمال بھی کر سکتے ہیں۔ لیکن اور بالائی بھی ان کیلئے مفید ہے۔ اس موسم میں چونکہ دن چھوٹے ہونے شروع ہو جاتے ہیں اور دوپہر کو خاص بھوک نہیں لگتی اس لیے دوپہر کا کھانا تین یا چار بجے کھائیں اور اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ رات کو اگر بھوک ہو تو کھانا کھائیں ورنہ پھیپھوں کا استعمال کریں۔ پھل چونکہ زرد ہضم ہوتے ہیں اس لیے ٹھوس کھانے کی نسبت ہوا اور ریاح بہت کم پیدا کرتے ہیں اور انسان آسانی سے رات کو گہری نیند سو سکتا ہے جو کہ دن بھر کی تھکاوٹ دور کرنے کیلئے انتہائی ضروری ہے۔ یہ یاد رہے کہ ہر کھانے کا درمیانی وقفہ کم از کم چھ گھنٹے ضرور ہونا چاہیے اور اگر چھ گھنٹے گزرنے کے بعد آپ کو بھوک نہیں تو کھانے کا ناغہ کر دیں اور جب شدید بھوک لگے اس وقت کھانا کھائیں۔ بغیر بھوک کے کھائی ہوئی غذا نہ تو طاقت دیتی ہے اور نہ ہی اس کا صالح خون بنتا ہے بلکہ خون کا قسم کی بیماریاں پیدا کرنے کا سبب بنتی ہے اور شدید بھوک پر کھائی جانے والی غذا نہ صرف فوری ہضم ہوتی ہے بلکہ اس سے صالح اور طاقتور خون پیدا ہوتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں

وسط ستمبر کے بعد موسم میں بتدریج تبدیلی آنا شروع ہوتی ہے۔ جب موسم بدلتے ہیں تو اس طرح کی تبدیلیاں اکثر رونما ہوتی ہیں کیونکہ فطری طور پر موسم ایک دم نہیں بدلا کرتے کیونکہ ایسا ہو جائے تو پھر ایک دو نہیں سینکڑوں لوگ بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ روزگار متاثر اور کاروبار زندگی معطل ہو کر رہ جاتا ہے جو کہ قوانین فطرت کے خلاف ہے۔ اللہ تبارک تعالیٰ نے اس کائنات کو چلانے کیلئے ایک ایسا اعتدال قائم کر رکھا ہے جو بغیر کسی رکاوٹ کے صدیوں سے جاری و ساری ہے۔ جب کبھی فطری قوانین مشیت ایزدی کے تحت فطرت سے ہٹتے ہیں تو طوفان سیلاب، زلزلے اور دیگر ناگہانی آفات کرۂ ارض پر نمودار ہوتی ہیں لیکن وہ بھی کچھ عرصے کیلئے پھر قدرت اس ماحول کو فطرت پر لے آتی ہے۔ ایسا کیوں ہوتا ہے یہ صرف اور صرف وہ ذات باری تعالیٰ ہی جانتی ہے جو اس کائنات کی مالک و خالق ہے۔ لیکن ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ فطرت کے اصولوں پر عمل کرنا صحت اور ان اصولوں سے روگردانی بیماری کا سبب بنتی ہے۔ انسان اگر ماحول و موسم کے مطابق اپنا رہن سہن اور ضرورت کے مطابق مناسب غذا کا استعمال رکھے تو کبھی بھی بیمار نہیں ہو سکا۔ اسی طرح جب موسم سرما کی ابتدا ہوتی ہے تو سابقہ موسم یعنی گرمی والے معمولات انسان کو ترک یا مناسب حد تک کم کر دینے چاہئیں لیکن ایسا نہیں ہوتا۔ لوگ سردی کی ابتدا ہو جانے کے باوجود برف فرج کی اشیاء کا استعمال بند نہیں کرتے۔ پنکھوں ایئر کولروں اور اے سی وغیرہ کے استعمال میں کمی نہیں لاتے اور یہی بے اعتدالیاں آگے چل کر بیماریوں کا پیش خیمہ بنتی ہیں اور لوگ پھر اعصابی درد، نزلہ، زکام، کھانسی، لقوہ، دمہ، بی، نمونیا اور خاص کر فاج اور جوڑوں کے درد وغیرہ میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

احتیاطی تدابیر: وسط اکتوبر سے برف کا استعمال بہت کم کر دینا چاہیے۔ رات دس بجے کے بعد چھت یا مچن میں سونے کی بجائے کمرے یا برآمدے میں سوئیں۔ رات کے پچھلے پہر

عادت اور ضرورت کے فرق کو سمجھیں۔ کیونکہ جو چیز ضرورت کے مطابق استعمال کی جاتی ہے وہ فائدہ مند اور جو عادت استعمال کی جاتی ہے وہ نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔

ایک بہترین مقوی ناشتہ: خالص مین (پٹے کا آٹا) 50 گرام، دلیی یا فارمی انڈے 3 عدد، چینی اور دلیی سبب ضرورت۔

ترکیب:- مین کو گھی میں بریاں کر لیں یعنی ہلکا سرخ ہو جائے اور اسکی خوشبو آنے لگے تو چوبلے سے اتار کر اس میں انڈے توڑ کر ڈال دیں اور مرکب کو اچھی طرح یک جان کر لیں اور دوبارہ چوبلے پر رکھ دیں اور چھج ہلاتے رہیں اور ساتھ ہی حسب ضرورت چینی بھی ڈال دیں۔ یہ مرکب آہستہ آہستہ گاڑھا ہونا شروع ہو جائے گا۔ جب حلوے کے توام جیسا گاڑھا کرنا چاہیں تو کچھ دیر اور چوبلے پر رہنے دیں اور تیار ہو جانے پر چوبلے سے اتار کر اس میں مغز پستہ 20 گرام، مغز اخروٹ 20 گرام ملا دیں مگر یہ یاد رہے کہ ان مغزیات کا استعمال ماہ دسمبر اور جنوری میں کریں تو بہتر ہے۔ دلیی سبب ضرورت چینی انڈے نہ ملنے کی صورت میں فارمی انڈے اور عام گھی بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اس مرکب کو بناتے وقت اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ آجنگ بالکل ہلکی رکھیں تاکہ جل نہ جائے۔ بہترین مقوی ناشتہ تیار ہے اس ناشتے کے بعد حسب ضرورت چائے یا نیم گرم دودھ پی لیں۔

## ملازمت میں ترقی

کسی شخص کو ملازمت نہ ملتی ہو، نوکری سے برخاست ہو گیا ہو یا ترقی کے بجائے عہدہ یا منصب سے گرا دیا گیا ہو اور ہر طرح کی کوشش کرنے کے باوجود کامیابی نہ ہوتی ہو تو ایسی صورت میں آدمی رات گزرنے کے بعد با وضو ہو کر دو نفل ادا کرنے کے بعد نیچے سر قبلہ رخ کھڑے ہو کر تین سو مرتبہ ”یا عزیز“ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور نہایت خشوع و خضوع کے ساتھ مقصد پورا ہونے کی دعا کی جائے۔

انشاء اللہ عمل کرنے والا شخص دوبارہ اگر نوکری سے برخاست ہو گا تو بحال ہو جائے گا اور ترقی پائے گا اور اگر روزگار نہیں تو بہت جلد ہی اچھا روزگار مل جائے گا۔

(بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

## ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات  
17 اکتوبر 2008 بروز جمعہ کے دن 9 بج کر 29 منٹ سے  
لے کر ایک بج کر 22 منٹ تک ہماری روحانی محفل ہوگی۔  
غسل یا وضو کرنے کے بعد 70 منٹ **حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ  
الْوَكِيلُ يَا عَزِيزُ يَا لَطِيفُ** مخلص دل، درد دل، توجہ اور  
اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو  
فیصد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے  
ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پھلکی روشنی آپ کے دل پر ہلکی  
بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چھن نصیب ہو رہا  
ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے  
بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور  
اپنے عزیز واقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے  
ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے  
ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پیئیں۔  
گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز  
مرا دیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی با وضو  
ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ  
وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو  
معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا در مختلف ہوتا ہے اور خاص  
وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں  
پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی  
مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے  
پر خط ضرور لکھیں۔ (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

### روحانی محفل سے گمراہ مجنوں کا غارت

السلام علیکم کے بعد عرض ہے میں عبقری کا پہلے رسالے سے  
قاری ہوں اور میں عبقری سے بہت زیادہ فائدہ حاصل کر رہا  
ہوں۔ لیکن جب سے آپ نے روحانی محفل کا سلسلہ شروع  
کیا ہے میں اور میرے گھر والے بڑے شوق اور اہتمام کے  
ساتھ ہر ماہ روحانی محفل میں شمولیت کرتے ہیں۔ اس کے  
پڑھنے سے ایک عجیب سا سکون محسوس کرتے ہیں۔ اس کے  
علاوہ آپ سے بذریعہ خط ہم نے دو انمول خزانہ لیکر پڑھنا  
شروع کیا تو اور بھی عجیب و غریب برکتیں شروع ہو گئیں۔ ایک  
دن میں نے خواب میں دیکھا کہ بہت بڑا میدان محشر ہے ہم  
(بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

# معالج باپ کی المناک داستان

وزارت صحت نے اعلان کیا ہے کہ اب ایک ایسے مرکزی رجسٹریشن کا انتظام کیا جائے گا جس کے تحت ان مریضوں کو فوری دی  
جائے گی جنہیں فوری طور پر آپریشن کی ضرورت ہے۔ اس طرح ملک فوری طور پر قیمتی جانوں کے نقصان سے ملک محفوظ رہے گا۔  
آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

(آصف محمود خان، احمد پور شرقیہ)

دیا ہے۔ اس کی باتوں سے ظاہر ہوتا تھا کہ اس کے خیال میں  
وزارت صحت کی بے پروائی بھی اس کے بیٹے کی موت کے  
سبب میں شامل ہے۔ ڈاکٹر ڈان منرو کے بیٹے ڈیوڈ منرو کا  
آپریشن اس لیے التوا کا شکار ہوتا رہا کہ ہسپتال میں کوئی بستر  
خالی نہ تھا اور بستر خالی نہ ہونے کی وجہ دراصل یہ تھی کہ اس  
کے پاس مزید بستر اور متعلقہ ضروریات فراہم کرنے کیلئے مالی  
وسائل موجود نہ تھے۔ وزارت صحت نے اعلان کیا ہے کہ اب  
ایک ایسے مرکزی رجسٹریشن کا انتظام کیا جائے گا جس کے  
تحت ان مریضوں کو فوری دی جائے گی جنہیں فوری طور پر  
آپریشن کی ضرورت ہے۔ اس طرح ملک فوری طور پر قیمتی  
جانوں کے نقصان سے ملک محفوظ رہے گا۔

معالجاتی زندگی کا ایک عجیب واقعہ (ڈاکٹر نجی/کراچی)  
آج اس نفسیاتی واقعہ کو گزر رہے ہوئے تیرہ سال ہو چکے ہیں  
لیکن میرے دماغ میں اس قدر تازہ ہے جیسے کل ہی کی بات  
ہو۔ وہ مزید یہ جو موت اور زندگی کے درمیان جھول رہی تھی  
اب نہ صرف زندہ اور تندرست ہے بلکہ صاحب اولاد بھی  
ہے۔ مسعود کے والد میرے مخلص اور گہرے دوستوں میں  
تھے اور اسی دوستی کی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

عملیات اور طب کیلئے کے خواہش مند  
کیا علم چھپنا ثواب عظیم ہے؟ یہ نہیں تو پھر آخر لوگ مسموم  
چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انہیں برابر  
نہیں بھٹکے بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ  
وظائف و عملیات یا طب و حکمت کا علم کیلئے کی خواہش رکھتے ہیں،  
بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو  
فرد دیکھن چاہے عوامی اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف  
ہے اس لیے پہلے وقت کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے  
گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھ سکتے ہیں  
نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پاتا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم  
مسلحہ محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل  
سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔  
(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود دہلوی چغتائی)

انسان جب تک خود تکلیف سے دوچار نہیں ہوتا اس وقت تک  
اسے دوسرے تکلیف زدہ انسانوں کی بے چارگی کا احساس  
نہیں ہوتا۔ تکلیفیں کسی قسم کی ہوتی ہیں لیکن شدت کے اعتبار  
سے زیادہ سخت تکلیف بیماری میں سرفہرست خاص طور پر دل  
کی بیماری یعنی امراض قلب ہے۔

کچھ عرصہ قبل کیڈز کے ایک ڈاکٹر ڈان کا بیٹا دل کے ایک  
مرض کا شکار ہو گیا۔ اس کے قلب میں ایک خاص قسم کا  
انفیکشن ہو گیا تھا۔ اس لڑکے کا نام ڈیوڈ منرو تھا۔ اس کی عمر  
32 سال تھی۔ انفیکشن کی وجہ سے ڈیوڈ منرو کو دل کے والو کا  
آپریشن کرانا تھا۔ جس کے نتیجے میں اس کے انفیکشن زدہ والو  
کی جگہ اس کے دل میں دوسرے والو لگا دیے جاتے اور وہ  
دوبارہ عام افراد کی طرح صحت مند ہو کر کاروبار و حیات میں  
مصروف ہو جاتا۔ ڈیوڈ منرو کو اپنے قلب کے آپریشن کیلئے  
تقریباً ایک سال کے طویل عرصے تک انتظار کرنا پڑا۔ دراصل  
ہسپتال کا کوئی بستر خالی نہ تھا۔ جو آپریشن ایک سال قبل ہونا تھا  
اس کی تاخیریں التوا کا شکار ہوتی رہیں اور بالآخر جب ہسپتال  
کا ایک بستر خالی ہوا تو اس وقت تک اس کے دل کو اتنا نقصان  
پہنچ چکا تھا کہ وہ آپریشن سے قبل ہی موت کا شکار ہو گیا۔

ڈیوڈ منرو کے باپ ڈاکٹر ڈان منرو کے ضبط کے تمام بندھن  
نوٹ گئے۔ ”یہ کس قسم کا ملک ہے؟ یہ لوگ مریضوں کی دیکھ  
بھال کیوں نہیں کرتے؟ میں 35 سال سے مریضوں کی  
خدمت کر رہا ہوں لیکن میں نے آج تک ایسا سنگدلانہ رویہ  
نہیں دیکھا۔ میرا بیٹا بڑا پر جوش تھا اس کا مستقبل بہت روشن  
تھا۔ لیکن میرا جوان بیٹا یہاں کی صحیح نگہداشت کے انتظام کا  
شکار ہو گیا۔“ ڈاکٹر ڈان منرو نے اپنے بیٹے کی موت کے بعد  
یہ باتیں بڑی مایوسی اور دل شکستگی کے عالم میں کیں۔ ڈاکٹر  
ڈان منرو کی باتوں میں بعض ایسے اشارے بھی ملتے ہیں کہ  
گویا اس نے کینیڈا کی وزارت صحت کو بھی ہدف ملامت قرار



# ڈاکو اندھے ہو گئے

ایک ایسا واقعہ ہے جس پر یقین کرنے کو قطعی دل نہیں کرتا مگر یہ حقیقت ہے کہ اللہ کے کلام نے ان چھ کے چھ ڈاکوؤں کا دماغ ماؤف کر دیا اور ان کی آنکھیں اندھی کر دیں۔ حتیٰ کہ سامنے رکھی ہوئی اشیاء بھی ان کو نظر نہ آئیں۔ (خورشید اختر، لاہور)

محترم قارئین! آپ نے ڈاکوؤں کے ذریعے لٹ جانے والی لاکھوں کہانیاں پڑھی اور سنی ہوں گی مگر میں بھی کہانی آپ کو آج سنانے جا رہی ہوں۔ اسے پڑھ کر آج آپ کو اللہ کے کلام کے با اثر ہونے کا یقین آجائے گا۔ میں مارچ 2008ء میں حکیم طارق محمود صاحب سے اپنے کسی ذاتی مسئلے کے حل کیلئے ملی تھی۔ انہوں نے مجھے اس مسئلے کے حل کیلئے ایک عمل بتایا جو میں نے 40 دن کیا۔ اسکا تو جو فائدہ ہوا وہ ایک الگ بات ہے۔ ہوا یوں کہ محسن انصاری صاحب نے مجھے 2 انمول خزانے بھی گفٹ کر دیے ایک تو میں نے خود رکھ لیا دوسرا میں نے اپنی بہن کو دے دیا۔ یہ 2 انمول خزانے میں خود بھی ہر نماز کے بعد باقاعدگی سے پڑھتی ہوں اور میری بہن بھی باقاعدگی سے پڑھتی ہیں۔ اس کے علاوہ وہ اور بہت ساری عبادات کے علاوہ ”منزل“ بھی باقاعدگی سے پڑھتی ہیں۔ 4 اپریل 2008ء کی شام قریباً 7 بجے ان کا بیٹا عدنان موبائل پر بات کرتا کرتا اپنے مین گیٹ سے باہر آ گیا اور گیٹ کے پاس ہی کھڑا ہو کر اپنے دوست کو (جو اس سے ملنے کیلئے آیا تھا) پتہ سمجھانے لگا وہ بات کرتا جا رہا تھا اور دیکھتا بھی جا رہا تھا کہ اس سے 4 گھر دور 3 موٹر سائیکلوں پر سوار قریباً 6 آدمی ایک گاڑی کے سواروں کو گن پوائنٹ پر لوٹ رہے تھے۔ ابھی وہ واپس پلٹنے بھی نہ پایا تھا کہ اس کا ایک پڑوسی عارف بھی جو موٹر سائیکل پر گھر آ رہا تھا ان لٹیروں کی زد میں آ گیا۔ ڈاکوؤں نے عارف سے بھی اس کا پرس خالی کر دیا۔ موبائل بھی چھین لیا۔ وہ بھاگ کر عدنان کے پاس آیا اور عدنان کے گھر کے کھلے ہوئے گیٹ سے اندر داخل ہونے کی کوشش کرنے لگا (کیونکہ اس کے اپنے گھر کا گیٹ اندر سے بند تھا) شاید اس نے یہ سوچا ہو کہ اس طرح وہ اپنے گھر والوں کو لوٹنے سے بچالے گا۔ یا شاید یہ کام اس سے بدحواسی میں ہوا ہو۔ عدنان جھٹ گھر میں داخل ہونے لگا تو بدحواسی سے اس نے گیٹ بند کرنے کے بجائے مزید کھول دیا۔ ڈاکوؤں کو موقع مل گیا اور وہ عدنان اور عارف کے ساتھ ہی ان کے گیٹ سے گھر میں داخل ہو گئے۔ ایک نے پستول عدنان کے سر پر

## دانت درد کا مجرب عمل جیل سے ملا

میرے پاس ایک عمل دانت درد کے لیے لیکن ذرا طویل اور محنت طلب ہے اگر آپ مناسب سمجھیں تو اپنے ماہنامہ میں شائع کر دیں۔ میری طرف سے ہر صالح مسلمان کو اجازت عام ہے۔ ویسے میرا تقریباً 35 سالہ آزمودہ اور تیر بہدف عمل ہے۔

۷۸۶

ا	ب	ج
د	ہ	و
ز	ح	ط

عمل: اوپر والا تعویذ کسی کاپی پر بنا کر مریض کو کہیں کہ ایک بار تھوک لو اور سیدھے ہاتھ کی انگشت شہادت درد والے دانت پر رکھے اور قلم کی نوک الف پر رکھ کر مکمل سورۃ فاتحہ بمعہ تسبیہ کے پڑھے اور دانت پر پھونک مارے پھر قلم کی نوک الف پر رکھ کر مکمل سورۃ فاتحہ بمعہ تسبیہ کے پڑھیں اور دانت پر پھونک ماریں۔ پھر قلم کی نوک ”ب“ پر رکھ کر درد والے حصے پر سورۃ فاتحہ بمعہ تسبیہ پڑھ کر پھونک ماریں۔ اسی طرح ”ج“ پر قلم رکھ کر 3 دفعہ سورۃ مذکورہ پڑھیں اور پھونک ماریں۔ اس کے بعد مریض کو تھوکنے کو کہیں اور درد ختم ہو چکی ہوگی اور اگر کوئی کسریا تو اسی طرح ”د“، ”و“، ”ہ“ پر بھی قلم کی نوک رکھ کر پہلے والے طریقے کے مطابق ایک ایک دفعہ پڑھا کر سورۃ فاتحہ پڑھیں اور ”و“ پر ان شاء اللہ درد لا زماً ختم ہو جائے گی اور زندگی بھر درد دوبارہ نہیں ہوگی۔ دم کرنے وقت درد کا ہونا لازمی ہے۔ آرام کی حالت میں دم نہ کریں۔

نوٹ: عامل اس کا ہدیہ ضرور لے ورنہ اس کے اپنے دانت خراب ہو جائیں گے۔ ہدیہ زیادہ نہ ہو صرف 5 یا 10 روپے ہو۔ خواہ وہ مسجد میں دے لیکن خود مریض کو نہ چھوڑیں۔ مجھے یہ عمل ملا کہاں سے تھا یہ ایک عجیب داستان ہے کہ میں سابق فوجی ہوں اور 1971ء میں سقوط ڈھاکہ کے وقت قید ہو گیا تھا۔ جہاں پر ہمیں رکھا گیا تھا وہاں پر میں نے کوڑے کرکٹ کے ڈھیر پر کاغذ کا ایک پرزہ دیکھا، اٹھا کر پڑھا تو یہ عمل تھا۔ اس پر درد تھا اس وقت سے لے کر آج تک آزمودہ ہے۔ آدمی روتا ہوا آئے گا اور دم کروانے کے بعد ہنستا ہوا جائے گا۔ ان شاء اللہ عامل اور معمول کا تعین شرط ہے۔ آپ مناسب سمجھیں تو رسالے میں تفصیل کے ساتھ شائع کر دیں۔ (مرسلہ: ایک اللہ کا بندہ)

## ذہنی سکون کی تلاش ❖ ناکامی کا خوف ❖ خوف کے سائے ❖ غصہ کی آگ ❖ نوکری کی تلاش

قارئین! جب دینی زندگی پر غزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں تو بھلا طلب امور کے لئے پتہ لکھ ہو اے جو ابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی کو نہ دیا شیپ نہ لگائیں خط کھولنے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یہ مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

### مراقبہ

یوں لگتا ہے کہ دماغ بند ہو چکا ہے اور سرکشی نے جکڑ رکھا ہے۔ جو کچھ پڑھتی ہوں وہ فوراً ہی ذہن سے نکل جاتا ہے۔ زیادہ وقت پریشانی میں گزرتا ہے۔ میں نے **يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ** کا ورد شروع کیا ہے اور کئی دوسرے اور ادھی کر رہی ہوں۔ میں مراقبہ سے بھی مدد لینا چاہتی ہوں۔ کیا مراقبہ کیلئے پاک ہونا ضروری ہے؟ (الف سقینہ لاڑکانہ)

جواب: آپ صرف **يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ** کا ورد کریں۔ جب بھی فارغ ہوں یا معمول کے کاموں میں مشغول ہوں اس ورد کو پڑھا کریں۔ نماز فجر کے فوراً بعد آرام دہ حالت میں اور خالی پیٹ بیٹھ کر آہستگی سے گہرا سانس لیں اور ایک بار **يا رحيم** پڑھ کر آہستگی سے باہر نکال دیں۔ یہ عمل مسلسل دس منٹ تک کیا جائے۔ مراقبہ دینی کیسوی کیلئے کیا جاتا ہے اور اس کیلئے پاک ہونا ضروری نہیں ہے۔ رات کو سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور تصور کریں کہ آپ ششے کے ایک گول کمرے یا گنبد کے اندر موجود ہیں۔ یہ تصور دس منٹ کیا جائے۔

### ذہنی سکون کی تلاش

میری عمر اکیس سال ہے اور میزک تک تعلیم حاصل کی ہے۔ میز سے اندر بہت سی کمزوریاں اور الجھنیں موجود ہیں۔ ذہنی دباؤ اور افتراق کا شکار رہتا ہوں۔ موت کا خوف رہتا ہے۔ حسد کا مادہ زیادہ ہے۔ نفسیاتی خواہشات کا غلبہ رہتا ہے۔ لوگوں سے نفرت محسوس ہوتی ہے۔ کثرت سے چائے اور سگریٹ نوشی کرنے لگا ہوں۔ شاید مجھے ذہنی سکون کی ضرورت ہے۔ کتابیں اٹھاتا ہوں تو دل نہیں لگتا۔ ان حالات میں مجھے اپنا مستقبل تاریک دکھائی دیتا ہے۔ میں اپنی کمزوریوں کو دور کر کے ایک کامیاب زندگی گزارنا چاہتا ہوں۔ (محمد جمال لاہور)

جواب: نماز فجر کے بعد کسی مناسب جگہ نصف گھنٹے تک خالی

الذہن ہو کر چہل قدمی کیا کریں۔ اس دوران ذہن کو ایک نکتے پر قائم رکھتے ہوئے **يَا رَحِيمُ** کا ورد کریں۔ شام کے وقت سورہ الناس اور سورہ فلق تین تین بار پانی پر دم کر کے پیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے نصف گھنٹہ اندھیرے میں بیٹھ کر گزرائیں اور **يَا رَحِيمُ** کا ورد کریں۔ اس اطمینان کے ساتھ پڑھتے رہیں اور پھر سو جائیں۔ اس پروگرام پر کم از کم تین ماہ عمل کیا جائے۔

### تین سال پہلے

میں پریشانی کی حالت میں خط لکھ رہی ہوں۔ تین سال پہلے کسی نے جادو کے ذریعے میرے حالات میں رکاوٹیں اور مشکلات کھڑی کر دی ہیں۔ کوشش کے باوجود ناکامی مقدر بن گئی ہے۔ نماز کی پابندی اور اللہ تعالیٰ سے دعا کرتی ہوں کہ جلد ان اثرات کا خاتمہ ہو جائے۔ میرے حالات بہتر ہونے اور جادو کے اثرات ختم کرنے کیلئے کوئی مؤثر اسم دعا بطور دردتادیں۔ (س، فیصل آباد)

جواب: صبح و رات سورہ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں اور ساتھ ہی ہاتھوں پر دم کر کے پورے جسم پر پھیر لیا کریں۔ علاوہ ازیں نماز عصر کے بعد **يَا رَحِيمُ** کا ورد کریں۔ سو ایک بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں کہ اس یقین سے ہی انسان کو اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے اور اللہ تعالیٰ کی خوشنودی بھی حاصل ہوتی ہے۔ دوسو سال میں گرفتار نہ ہوں۔

### ناکامی کا خوف

معمولی باتوں کو میری طبیعت بہت محسوس کرتی ہے۔ خیالات بہت زیادہ آتے ہیں اور پریشان کرتے ہیں۔ سکون کی کمی محسوس کرتا ہوں۔ لوگوں سے ملنے جلنے میں خوف اور گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ یوں لگتا ہے کہ لوگ مجھے بری نظروں سے دیکھ رہے ہیں۔ انٹر کا امتحان دیا ہے۔ سوچتا

ہوں کہ اگر ناکام ہو گیا تو لوگ کیا کہیں گے۔ پوری رات جاگ کر گزار دیتا ہوں اور نیند نہیں آتی۔ اگر میرا یہی حال رہا تو ضرور نقصان اٹھاؤں گا۔ (عاشق علی، لکھنؤ)

جواب: رات کو سونے سے پہلے وضو کر کے بیٹھ جائیں دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر گیارہ بار **اِنَّ اللہَ عَلٰی کُلِّ شٰیءٍ قَدِیْرٌ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ سر اور پورے چہرے پر پھیر لیں۔ اس طرح تین بار کیا جائے اس عمل کو کم از کم چالیس دن کیا جائے۔ نماز فجر کے بعد ایک **سُبْحٰنَ اللہَ یَا کَرِیْمُ** کی پڑھ لیا کریں۔ انشاء اللہ ذہن سے اندیشوں کا خاتمہ ہو جائے گا۔

### عمر بڑی

میری بڑی بہن کی شادی کو بیس سال ہو چکے ہیں اور بچے جوانی کی حدوں میں داخل ہو گئے ہیں ان کے معاشی حالات بہت خراب ہیں۔ بچوں کی اسکول کی فیس ادا کرنا بھی مشکل ہو جاتا ہے۔ کوئی بیمار ہو جائے تو ددا کے اخراجات بمشکل پورے ہوتے ہیں۔ بہنوئی پیسہ پارٹس کا کام کرتے ہیں لیکن آمدنی بہت کم ہے اور کبھی حالات بہت خراب ہو جاتے ہیں۔ آج کل تو وہ دکان پر جانے کیلئے بھی تیار نہیں ہوتے اور گھر بیٹھے رہتے ہیں۔ (شمشا شفیق، گجرات)

جواب: بہن اور بہنوئی سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ گیارہ سو بار **يَا وَهَّابُ** پڑھ کر بارگاہ الہی میں معاشی مشکلات کے حوالے سے دعا کیا کریں۔ معاشی معاملات میں پوری محنت اور دیانت داری سے کام لیا جائے اور اللہ پر توکل کیا جائے۔ کسی نہ کسی ذریعے سے آپ کی معاشی ضرورتیں پوری ہو جائیں گی۔ انشاء اللہ

### بیمہ وراثت

میری عمر بڑھتی جا رہی ہے لیکن رشتے کی بات شروع نہیں ہوتی۔ پانچ سال پہلے ایک رشتہ آیتا تھا لیکن والد اور بھائی نے



انکار کر دیا اس کے بعد سے جیسے دروازے بند ہو گئے ہیں۔ میں نے **يَا وَكِيلُ** کا وظیفہ بھی پڑھا تھا۔ والد اور بھائی کا رویہ میرے ساتھ اچھا نہیں ہے جس کی وجہ سے میری پریشانی اور تفکرات بڑھتے جا رہے ہیں۔ (ش ناز، شکارپور)

جواب: نماز عشاء کے بعد گیارہ سو بار **يَا لَطِيفُ** پڑھ کر بارگاہ ایزدی میں دعا کیا کریں اور کم از کم چار ماہ تک اس اسم کو پڑھیں اور بارگاہ الہی میں دعا کرتی رہیں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں کہ اس کی جانب سے جو کچھ ہوگا بہتر ہوگا۔

### خوف کے ماحول

میں ایک پٹرول پمپ پر نوکری کرتا ہوں اور رات کو چوکیداری کا کام کرتا ہوں۔ میری ڈیوٹی کے دوران رات کو ڈاکہ پڑا۔ اس دن سے خوف میرے اندر سرایت کر گیا ہے۔ رات کو خاص طور پر چونک جاتا ہوں اور کبھی تو لگتا ہے کہ ڈاکو داخل ہو گئے ہیں۔ ان کیفیات کی وجہ سے میں یکسوئی سے کام کر سکتا ہوں اور نہ اطمینان نصیب ہوتا ہے۔ (گلزار، کراچی)

جواب: ہر نماز کے بعد اور رات کو کئی بار **يَا اللہ يَا حَفِیْظُ يَا بَدِیْعُ يَا وَدُودُ** گیارہ بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ انشاء اللہ بہت جلد خوف کے سائے ختم ہو جائیں گے۔

### شادی

ہمارا گھر سکون سے محروم ہے۔ ایک چھوٹا بھائی ہے اور وہ بھی غصے کا تیز ہے۔ بات بات پر لڑتا جھگڑتا رہتا ہے۔ بہنوں میں بھی تلخی پائی جاتی ہے۔ والدہ پریشان ہو کر بددعائیں دینے لگتی ہیں۔ والد صاحب معذور ہیں اور ان حالات کی وجہ سے افسردگی اور پریشانی میں رہتے ہیں۔ میں بھی ان حالات کی وجہ سے ذہنی دباؤ میں گرفتار ہوں۔ (اکرام، مردان)

جواب: نماز فجر کے فوراً بعد ایک ہزار بار **يَا وَدُودُ** پڑھیں اور گھر کے لوگ جہاں سے پانی پیتے ہیں اس جگہ یا چیز پر دم کریں مثلاً صراحی مکے وغیرہ پر اس طرح تین بار کیا جائے۔ ہر نماز کے بعد سورۃ کوثر ایک بار پڑھ کر گھر کے چاروں کونوں پر دم کر دیں۔ ان دونوں وظائف کو کم از کم چار ماہ مکمل توجہ اور دھیان سے کریں انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

### اونچی آواز

پڑھنے کیلئے بیٹھتی ہوں تو ذہن ادھر ادھر کی باتوں میں لگ جاتا ہے اور کتابوں کو ہاتھ لگانے کو جی نہیں چاہتا۔ تین چار سالوں

سے تعلیم کے میدان میں ناکامی کا سامنا کر رہی ہوں۔ والدین میرے احوال سے پریشان ہیں اگرچہ حصول علم کو اپنے لیے ضروری سمجھتی ہوں لیکن دل و دماغ ساتھ نہیں ہوتے۔ میری ذہنی کیفیات بھی توجہ طلب ہیں۔ معمولی باتوں کو بہت محسوس کرتی ہوں۔ ہر وقت ایک بے چینی ذہن کے اندر موجود رہتی ہے۔ اپنے فیصلوں پر عمل کے بعد سوچتی ہوں کہ صحیح کیا غلط۔ والدین کے آگے اونچی آواز میں بات کرنے لگ جاتی ہوں۔ اگرچہ جان بوجھ کر ایسا نہیں کرتی لیکن غصے کی وجہ سے اپنے اوپر کنٹرول ختم ہو جاتا ہے۔ (عائشہ لاہور)

جواب: آپ ذہنی طور پر انتشار اور عدم مرکزیت میں مبتلا رہتی ہیں جس کی وجہ سے پوری توجہ سے کام نہیں کر سکتیں۔ نیز اعصابی بیجان میں مبتلا وہ کر ایسی باتیں کر جاتی ہیں جو نہیں کرنی چاہیے۔ آپ خود اپنے خیالات کا تجزیہ کر کے زیادہ سے زیادہ پرسکون رہنے کی کوشش کریں اور زائد خیالات سے دور رہیں۔ اس بات کے حصول کیلئے نماز فجر کے فوراً بعد تین بار **يَا وَدُودُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ پھر اسی تعداد میں یہ اسم پانی پر دم کر کے پی لیں۔ باقی چار نمازوں کے بعد **يَا اللہ يَا حَفِیْظُ يَا مُرَبِّدُ** گیارہ بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ ان شاء اللہ چند بہت زیادہ نفع ہوگا۔

### بہنوں کی شادی

مسئلہ میری بڑی بہن کی شادی سے متعلق ہے۔ ان کا رشتہ طے ہونے میں مشکلات اور رکاوٹیں حائل ہو رہی ہیں۔ ایک جگہ رسم منگنی ہو گئی لیکن پھر بات ختم ہو گئی۔ رشتے آتے ہیں لیکن بات طے نہیں ہوتی۔ گھر والے زیادہ پریشان اس لیے ہیں کہ ان کے بعد بھی تین بہنوں کی شادیوں کا مسئلہ ہے۔ کیا رشتے میں کوئی بندش ہے کیوں کہ ہمارے جانے والوں میں ایک عورت حاسد ہے اور جادو ٹونے میں دلچسپی لیتی ہے۔ (سلیم لاہور)

جواب: بہن سے کہیں کہ نماز فجر کے بعد **يَا اللہ يَا رَحْمَنُ يَا وَحِیْمُ** سو بار اور نماز عشاء کے بعد تین سو بار کریں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں اور بندش اور جادو کے اثرات کا خیال نہ کریں۔ اللہ نے چاہا تو جلد نتائج سامنے آئیں گے۔

### دگرانی

میں جس جگہ شادی کی خواہش مند ہوں وہاں شادی میں بہت سی رکاوٹیں ہیں۔ میں جانتی ہوں کہ اس بات سے دونوں

گھرانوں میں ناراضگی اور اختلافات ہو سکتے ہیں لیکن میں چاہتی ہوں کہ ایسا نہ ہو کوئی دعا یا وظیفہ بطور وردہ بتائیں کہ اللہ تعالیٰ میری خواہش کو قبول فرمائیں اور بے جا اختلافات اور ناراضگیوں سے اللہ تعالیٰ دونوں گھرانوں کو محفوظ رکھے۔

جواب: نماز عشاء کے بعد تین سو بار **يَا وَكِيلُ** اور نماز فجر کے بعد سو بار **يَا حَكِیْمُ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کیا کریں ان وظائف کو کم از کم تین ماہ تک پڑھا جائے اور جن دنوں میں پڑھنا مجبوراً ممکن نہ ہو وہ شمار کر کے بعد میں دونوں کی تعداد پوری کر لیں۔ (م نازوے)

### نوکری کی تلاش

میں بی اے کے بعد دو سالوں سے نوکری کی کوشش کر رہا ہوں لیکن کامیابی نہیں ہوتی شاید میرے پاس سفارش نہیں ہے۔ والد صاحب ضعیف ہیں اور گھر کی ذمہ داریاں مجھ پر آ رہی ہیں لیکن انہیں ادا کرنے میں دشواریاں بڑھتی جا رہی ہیں۔ ایک چھوٹی سی دکان ہے، جس سے گھر کا گزارا مشکل ہے۔ والد صاحب کی خواہش ہے کہ میں جلد نوکری پر لگ جاؤں تاکہ مالی بوجھ ہلکا ہو جائے لیکن قسمت راضی نہیں ہے۔ ایک جگہ درخواست دی ہوئی ہے لیکن کامیابی کی امید کم ہے کئی وظائف پڑھے لیکن نوکری نہیں ملی۔ ایک بزرگ نے بتایا کہ شاید نوکری تمہاری قسمت میں نہیں ہے ویسے میرا ذہن بھی تیز نہیں چلتا یہ بھی بڑی مشکل ہے۔ (فاروق مین ہاٹا)

جواب: نماز فجر کے بعد تین سو بار **يَا بَاسِطُ** اور نماز عشاء کے بعد 66 بار **يَا اللہ لَطِیْفُ بَعَادِہِ یَرْزُقُ مَنْ یَشَاءُ وَهُوَ الْقَوِیُّ الْعَزِیْزُ** (سورہ الشوریٰ آیت نمبر 19) پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے فرامی رزق کیلئے دعا کریں کوئی نہ کوئی کام ضرور کرتے رہا کریں چاہے دکان سے متعلق ہی کیوں نہ ہو۔ اللہ تعالیٰ کسی نہ کسی ذریعے سے آپ کو مالی آسودگی فراہم کر دیں گے محض نوکری کو ذہن میں رکھنا درست نہیں ہے۔ اوپر دیے ہوئے وظیفہ کو پوری توجہ اور دھیان کے ساتھ پڑھیں۔

### باغات کا خالص شہد

بہترین پیکنگ میں، اعتماد کے ساتھ باغات کا خالص شہد ماہنامہ عبقری کے دفتر سے حاصل کریں۔ سہولت کے لیے شہد دو طرح کی پیکنگ میں دستیاب ہے۔ ایک کلو کی پیکنگ قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ، 330 گرام کی پیکنگ قیمت -/200 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔ مزید فائدے کے لیے "شہد کی کرامات" کتاب ضرور پڑھیں۔

# برطانوی اندیشہ

بڑے اندیشوں سے غافل رہنا یہی اکثر انسانوں کی ناکامی کا سب سے بڑا سبب ہے خواہ وہ مشہور لوگ ہوں یا غیر مشہور لوگ۔

ڈاکٹر ڈینس بریو (Dennis Breo) نے ان طبی ماہرین سے ملاقاتیں کیں اور ان کا انٹرویو لیا جو مشہور شخصیتوں کے معالج رہے ہیں۔ اس کے بعد انہوں نے ایک کتاب شائع کی جس کا نام ہے غیر معمولی احتیاط۔ اس کتاب میں مصنف نے بڑے عجیب انکشافات کیے ہیں۔

انہوں نے لکھا ہے کہ مشہور شخصیتیں اکثر ناممکن مریض ثابت ہوتی ہیں مثلاً ہیل کو ایک جلدی مرض تھا مگر اس نے اس بات کو اپنے لیے فروت سمجھا کہ ڈاکٹر کے سامنے وہ اپنا کپڑا اتارے۔ چنانچہ صحیح طور پر اس کا علاج نہ ہو سکا۔ مشہور امریکی دولت مند ہوورڈ ہیوز کا دانت خراب تھا مگر اس نے کبھی ڈاکٹر کے سامنے اپنا منہ نہیں کھولا۔ اس نے اس کو پسند کیا کہ وہ شراب پی کر اپنی تکلیف بھلاتا رہے۔ وغیرہ۔

شاہ ایران کے بارے میں مصنف نے بتایا ہے کہ وہ فسادخون کے مریض تھے مگر انہوں نے ڈاکٹروں سے اس کا علاج کرانے سے انکار کر دیا کیونکہ انہوں نے محسوس کیا کہ یہ چیز انہیں سیاسی طور پر کمزور کر دے گی۔

شاہ ایران نے فسادخون کو اپنی حکومت کیلئے خطرہ سمجھا حالانکہ بعد کے واقعات نے بتایا کہ فساد سیاست ان کی حکومت کیلئے زیادہ بڑا خطرہ تھا۔ ان کے اقتدار کو جس چیز نے ختم کیا وہ فساد خون کا مسئلہ نہیں تھا بلکہ فساد سیاست کا مسئلہ تھا۔ وہ بڑے خطرے سے غافل رہے اور اپنی ساری توجہ چھوٹے خطروں میں لگادی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ عین اس وقت ان کی حکومت کا خاتمہ ہو گیا جب کہ اپنے نزدیک وہ اس کو بچانے کا پورا اہتمام کر چکے تھے۔ چھوٹے اندیشوں کی فکر کرنا اور بڑے اندیشوں سے غافل رہنا یہی اکثر انسانوں کی ناکامی کا سب سے بڑا سبب ہے خواہ وہ مشہور لوگ ہوں یا غیر مشہور لوگ۔

## طاقت کا تیل

شنگرف رومی 3 ماشہ، انجون اصل 3 ماشہ، دیسی انڈے کی زردی 5 عدد، دونوں ادویات کھل کر یں پھر انڈوں کی زردی میں کھل کر یں 10 دن مزید کھل کر یں پھر روغن نکالو۔ اکسیر ہے۔ استعمال ایک قطرہ ایک گلاس دودھ میں ڈال کر استعمال کریں۔ (مرسلہ: شوکت شاہین)

## مجدوبی مرکز روحانیت و امن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر مشکل اور صعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مستون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسم اعظم اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہوتا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی کے نام یہ ہیں۔

نوشین داؤد سیالکوٹ۔ نصرت شاہ ملتان۔ انیار رشید الدین ڈار گجرانوالہ۔ محمد عرفان کراچی۔ محمد طیب لاہور۔ محمد اصغر لاہور۔ عائشہ امریکہ کیلیفورنیا۔ فوزیہ نصرت شاہ ملتان۔ خالصہ رحمن پشاور۔ نور الرحمن پشاور۔ عتیقہ شاہین لاہور۔ محمد نواز کراچی۔ سردار احمد نواز کراچی۔ محمد زبیر لاہور۔ تنیم شہزاد فیصل آباد۔ زبیر وہاب سوڈان۔ محمد احسن انجم احسن لاہور۔ محمد اشرف اڈاکڑہ۔ منصور اشرف اڈاکڑہ۔ فوزیہ نصرت ملتان۔ گلزار احمد کوئٹہ۔ واجد بخاری، احمد پور شریہ۔ مقصود احمد لیاقت پور۔ الیاس مغل لاہور۔ شکیل حاجی نواز لاہور۔ سجاد احمد بھٹی، فیصل آباد۔ شامخو عالم لندن۔ فرقان احمد اسلام آباد۔ عمارہ فرقان اسلام آباد۔ مسر رضوان صفدر گجرات۔ والدہ رحمن پشاور۔ ناظم بٹ سیالکوٹ۔ عابدہ نسرین چکوال۔ فوزیہ شاہد لاہور۔ ساجدہ لاہور۔ سلیمان شاہد لاہور۔ حافظ عمران لاہور۔ تنیم شہزاد فیصل آباد۔ رشید الدین ڈار سیالکوٹ۔ رابعہ زبیر سوڈان۔ ڈاکٹر محمد اویس ملک اسلام آباد۔ شائستہ اویس اسلام آباد۔ دختر لائبہ اویس اسلام آباد۔ زاہد اعوان قریشی اسلام آباد۔ تنویر احمد قریشی اسلام آباد۔ نور الرحمن پشاور۔ ڈاکٹر اشتیاق قریشی اسلام آباد۔ غزالہ اشتیاق قریشی اسلام آباد۔ سارہ مغل عبدالرزاق لاہور۔ عبدالماجد خان، دکن۔ شاہین فرمین لاہور۔ مصطفیٰ کمال محمد اسم لاہور۔ محمد شفیق راولپنڈی۔ محی الدین احمد کراچی۔ شازیہ اعجاز، حیدر آباد۔ محمد رضوان، ہنگو۔ ربیعان شاہ کراچی۔ محمد نسیم قادری لاہور۔ ڈاکٹر فرسین منظور اویس ایم ایوڈر کراچی۔ اقبال حسین کراچی۔ رانا شکیل، فیصل آباد۔ رانا رمضان، سنٹرل جیل فیصل آباد۔ اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکے۔

## (بقیہ: انوکھا خواب)

کی برکت سے رحمت تھی اور محلے کی چھتوں پر رحمت جانے کا تعلق ان گھروں کے بچوں کا اس گھر میں کدوروہ سلام پڑھنا تھا۔ جب میں آپ کے پاس حاضر ہوئی تو کسی چیز کو مد نظر رکھتے ہوئے میں نے آپ سے درود شریف پڑھنے کی اجازت طلب کی تھی۔

اور اب میں نے جو خواب دیکھا ہے وہ مجھ یوں ہے۔ میں کسی غیر ملک کے کسی شہر میں دھرا دھرا گھوم رہی ہوں چلتے چلتے مجھے خیال آتا ہے کہ یہ امریکہ ہے۔ پھر میں ایسی جگہ پہنچتی ہوں جہاں ایک بہت وسیع و عریض مسجد ہے۔ میں اندر داخل ہوتی ہوں اس کی چار دیواری کے ساتھ گھن کی جانب برآمدہ بنا ہوا ہے۔ میں مسجد کے گھن میں داخل ہوتی ہوں اور گھن کے شرع میں ہی کھڑی ہو جاتی ہوں اور مسجد کا جائزہ لیتی ہوں تو مجھے مسجد کے اندر باہر سب کچھ نظر نے لگتا ہے۔ مسجد کا بہت وسیع گھن ہے اور اس میں کچھ لوگ یوں پھر رہے ہیں جیسے یہ رات شروع کیے گئے ہوئے ہیں اور مسجد کا ہال بھی بہت بڑا ہے ہوا دار اور اندر سے بہت خوبصورت ہے اور اندر بھی کچھ لوگ چلتے پھرتے مجھے دکھائی دے رہے ہیں۔ میں گھن میں جس جگہ کھڑی ہوں وہاں میں کچھ لوگ کھڑے ہیں۔ پھر وہاں پر میں دو رکعت نماز پڑھنی شروع کر دیتی ہوں۔ جب رکع میں جاتی ہوں تو مجھے اپنی کمر پر بہت سب سے بوجھ محسوس ہوتا ہے تو ذہن میں یہ خیال آتا ہے یہ بوجھ میرے پاس جو آدھی کھڑا ہے اس کے گن ہوں کا ہے۔ پھر خیر کو جھٹک کر نماز کا باقی حصہ پورا کر کے دوبارہ رکوع کرتی ہوں تو دوبارہ کمر پر وزن محسوس کرتی ہوں تو پھر میرے ذہن میں اپنی ایک یہ خیال آتا ہے۔ یہ آدھی جو تھوڑا سا میرے نزدیک کھڑا ہے وہ شاید بیسی بیسی ہے اس لیے اس کے گناہوں کا بوجھ زیادہ ہے۔ دور پہلے سجدہ سے ہی ختم ہو جاتا۔ پھر خیر کو جھٹک کر باقی ماندہ نماز مکمل کرتی ہوں اور اپنے آپ کو بکا محسوس کرتی ہوں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل گئی اور یہ صبح محری کے وقت کا واقعہ ہے۔ اب اپنے اعمال کا ذکر کرتی ہوں۔ تقریباً روزانہ صبح کے وقت 2 رکعت صلوٰۃ تو پڑھتی ہوں اور 2 رکعت نماز فرائض برائے ہدیہ ثواب حضرت امیر المومنین علیؓ اور آپؐ کی آل اور ازواج خلفائے راشدینؓ شہداء کرہاء، اپنے مرشد صاحب اور ان کے تمام سلسلہ جات کے پیرو مرشد صاحبان اپنے اور نیاز صاحب کے والدین اور عزیز واقارب وغیرہ اور کل مومنین کل مسلمات اور کل مسلمین کل مسلمات کیلئے پڑھتی ہوں۔ ان نوافل کے پڑھنے کی جازت پہلے سے آپ سے مل چکی ہوں۔ اس کے علاوہ صلوٰۃ الحاجت بھی پڑھتی رہی۔ اب بھی دین و آخرت کی کامیابی کیلئے پڑھوں گی۔ انشا اللہ۔ باقی کوشش کرتی ہوں کہ جو ذکر آپ نے مجھے بتایا ہوا ہے سے ہر وقت اپنی زبان سے اور دل سے چری رکھوں۔ ذکر یہ ہے

اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ الَّذِیْ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ

وَأَتُوْبُ اِلَیْهِ۔ میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کے بتائے ہوئے ذکر کا کرنا مجھ سے قبول فرمائے۔ (آمین)

اللہ تعالیٰ نے دعا ہے کہ وہ آپ کے درجہ جات کو مزید بلند فرمائے اور عبقری کو مزید پھیلائے۔ آپ کی ادویات بھی منگوا کر لوگوں کو دیتی رہتی ہوں اور نیت یہ ہوتی ہے اللہ تعالیٰ اس کا اجر کو قبول فرمائے۔ فاشی میرے جانے والوں میں اور آگے ان کے عزیز اقارب میں بہت مقبول ہوئی ہے اب اجازت چاہتی ہوں۔ (والسلام)



# بچے کا رنگ سفید اور سر پر بال نہیں تھے

قبرستان جانے کا ارادہ کیا مگر انہیں کیا معلوم تھا کہ وہ قبرستان خود نہیں جائیں گے بلکہ چار کندھوں پر لے جائے جائیں گے۔ اس واقعہ کے بعد ہم بہت خوف زدہ ہو گئے ہیں اور سب سے یہی کہتے ہیں کہ ہر روز بھی قبرستان جانا اچھا نہیں ہوتا۔

**قارئین! آپ کا کسی کسی پرستار اور چچا یا کسی کسی جن سے رابطہ برقرار ہے؟ یہ سب باتیں ہم کو سنائیں گے۔**

مجھے ”جنات سے سچی ملاقات“ بے حد پسند ہے اس لیے ایک ایسا ہی واقعہ لکھ رہی ہوں جو بالکل سچا ہے۔ یہ واقعہ میرے کزن جہانزیب کے ساتھ پیش آیا۔ جس کی عمر تقریباً 27 سال تھی انہیں پودے لگانے کا بہت شوق تھا۔ ان کے والد کی وفات کے تقریباً سال بعد ان کی والدہ بھی فوت ہو گئیں۔ وہ ہر روز اپنے والد اور والدہ کی قبر پر جاتے تھے۔ انہوں نے پہلے ہی اپنے والد کی قبر کے پاس پودے لگائے ہوئے تھے۔ اب انہوں نے اپنی والدہ کی قبر کے قریب بھی پودے لگا دیے۔ کچھ عرصے بعد ان کے والد کی قبر کے پاس پودے لگائے تھے وہ سرسبز رہے جبکہ وہ پودے جو والدہ کی قبر کے پاس تھے سب جل گئے۔ وہ حیران تھے کیونکہ وہاں پہلے سے ہی ایک بڑا درخت تھا۔ وہ نہ جلا اس کے علاوہ باقی پودے جل گئے۔ پھر چھٹی والے دن یعنی اتوار کو وہ تمام جلے ہوئے پودے نکالنے کیلئے قبرستان آئے تاکہ نئے پودے لگا دیں۔ جب وہ جلے ہوئے پودے نکال رہے تھے تو انہوں نے دیکھا کہ ایک بچہ ان کے قریب آکر کھڑا ہے۔ انہوں نے بچے کی طرف دیکھا۔ اس بچے کا رنگ بہت سفید تھا اور سر پر بال نہیں تھے اس بچے کی ہنسی اور ہلکی سی بھی نہیں تھیں وہ تقریباً 8 یا 9 سال کا ہوگا۔

اس سے پہلے میرے کزن کچھ پوچھتے وہ غائب ہو گیا۔ میرے کزن ادھر ادھر دیکھنے لگے تو اچانک انہیں اپنے پیچھے سے ہنسنے کی آواز آئی۔ انہوں نے پیچھے دیکھا تو بچہ انہیں دیکھ کر مسکرانے لگا۔ میرے کزن ڈر گئے اور فوراً بھاگتے گھر آ گئے اور گھر آکر ہمیں یہ سب بتایا۔ ہم نے حوصلہ دینے کیلئے انہیں کہا کہ شاید یہ ان کا وہم ہے کیونکہ وہ اس وقت بہت زیادہ ڈرے ہوئے تھے۔ پھر تین دن تک انہیں تیز بخار رہا اور چوتھے دن یعنی جمعرات والے دن وہ کچھ بہتر ہوئے تو ظہر کی نماز کے بعد انہوں نے کہا کہ وہ تین دن سے قبرستان نہیں گئے۔ اس لیے وہ قبرستان جانے لگے۔ گھر والوں نے روکا تو انہوں نے کہا کہ فاتحہ پڑھ کر جلدی آجائیں گے۔ یہ کہہ کر وہ

دروازے تک پہنچے اور گر گئے۔ سب گھر والے انہیں ہسپتال لے کر گئے تو ڈاکٹروں نے کہا کہ انہیں ہارٹ ایک ہوا ہے اور وہ فوت ہو گئے۔ انہیں ہارٹ ایک اس وقت ہوا جب انہوں نے دوبارہ قبرستان جانے کا ارادہ کیا مگر انہیں کیا معلوم تھا کہ وہ قبرستان خود نہیں جائیں گے بلکہ چار کندھوں پر لے جائے جائیں گے۔ اس واقعہ کے بعد ہم بہت خوف زدہ ہو گئے ہیں اور سب سے یہی کہتے ہیں کہ ہر روز بھی قبرستان جانا اچھا نہیں ہوتا۔ (پوشیدہ)

## روشنی کا ہیولا

میری والدہ بہت نیک اور صابر خاتون تھیں۔ جس رات والدہ کا انتقال ہوا میں انہی کے پاس تھا۔ میں اتنا چھوٹا تھا کہ مرنے کا مفہوم بھی نہیں جانتا تھا۔ انتقال سے کچھ دیر پہلے والدہ نے سب لوگوں سے کہا کہ وہ انہیں اکیلا چھوڑ دیں۔ سب باہر آ گئے تو میں نے دروازے کی ایک درز سے اندر جھانکا۔ والدہ بستر پر بے سدھ لیٹی ہوئی تھیں اچانک ایسا محسوس ہوا کہ ان کے سر کے پاس کسی نے سفید روشنی ڈالی ہو۔ والدہ ایک دم بولیں آپ لوگ آگئے میں کب سے انتظار کر رہی تھی۔ چند لمحوں کے خاموش رہیں جیسے کچھ سن رہی ہوں پھر بہت کمزور آواز میں کہنے لگیں ہاں ہاں میں کہہ تو رہی ہوں مجھے لے چلو۔ کچھ ہی لمحوں میں پورے کمرے میں رنگ برنگی روشنیاں پھیلنے لگیں۔ پھر ایک بہت ہی خوبصورت آدمی نظر آیا اس کے جسم اور کپڑوں سے اتنی تیز روشنی پھوٹ رہی تھی کہ مجھے کچھ ہوش نہ رہا۔ جب مجھے ہوش آیا تو معلوم ہوا کہ والدہ انتقال کر چکی ہیں۔ میرے بارے میں سب کا خیال تھا کہ ماں کی جدائی کے غم میں بے ہوش ہو گیا ہے۔ یہ باتیں میں نے کسی کو نہیں بتائیں اس وقت بچپن کی عمر تھی اس لیے میں نے سمجھا کہ ایسے مشاہدات شاید سب کے ہوتے ہیں آج جب بھی وہ واقعہ مجھے یاد آتا ہے تو میرے دل میں ماں کی عظمت مزید بڑھ جاتی ہے کہ وہ محض اچھی ماں ہی نہیں اللہ تعالیٰ کی پسندیدہ بندی بھی تھیں۔ (ظلیل احمد مردان)

## عبقری سے فیض پانے والے

میرے منہ کے چھالے کیسے ختم ہوئے

عبقری کا مطالعہ کرنے والے بہن بھائیوں سے میری گزارش ہے کہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں خواتین و حضرات اس کا مطالعہ کرتے ہیں تو وہ ضرور آزمائے ہوئے گھریلو ٹوٹکے اور تجربے لکھ کر عبقری کے ادارے کو بھیج دیا کریں۔ اگر زیادہ نہیں بھیج سکتے تو کم از کم ایک ایک نسخہ ہی لکھ کر بھیج دیں تو ہزاروں کی تعداد میں ادارے کو نفع مل سکتے ہیں۔ جن کو جمع کر کے ایک کتاب بھی بن سکتی ہے اور مخلوق خدا کو بھی فائدہ ہوگا اور بہن بھائیوں کے لیے صدقہ جاریہ بھی ہو جائے گا۔ حکیم صاحب آپ کی خدمت میں تجویز پیش کر رہا ہوں اگر آپ ناراض نہ ہوں تو ماہنامہ عبقری کے صفحات میں تنویر اسرافت فرمادیں۔ آپ کا ہمارے اوپر احسان بھی ہو جائے گا اور مخلوق خدا کو روحانی اور جسمانی نفع بھی زیادہ سے زیادہ مل جائیں گے۔

**ہوالثانی:** اگر کسی کے منہ میں چھالے ہوں وہ کھانا کھاتے ہوئے پریشان ہو تو گلیسرین عام میڈیکل سٹوروں سے مل جاتی ہے۔ جس کے دو تین قطرے منہ میں ڈال کر منہ کے اندر ہی غرارے کی صورت میں پھیرا جائے اس کے پانچ منٹ بعد نیچے ٹھوک دیں۔ ان شاء اللہ دو تین دنوں کے بعد چھالے ختم ہو جائیں گے۔ دن میں تین چار مرتبہ اس سے غرارے کر لیں۔ دیسے گلیسرین چہرے اور ہاتھوں کی خشکی ختم کرنے کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔ اگر پیٹ میں بھی چلی جائے تو گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے نقصان نہیں دیتی (ان شاء اللہ) یہ میرا کئی دفعہ کا آزمایا ہوا تجربہ ہے۔

(محمد عارف - حویلیاں)

## دولت مندی کیلئے:

جو کوئی ہر روز کسی بھی وقت با وضو حالت میں ایک مرتبہ سورۃ القدر اور ستر بار یہ دعا پڑھنے کا معمول بنالے، بہت جلد مالدار ہو جائے گا اور محتاج نہ ہوگا۔ اَللّٰهُمَّ يَا مَنْ يَكْفِيْنِي مِنْ خَلْقِهِ جَمِيْعًا وَلَا يَكْفِيْنِي مِنْهُ اَحَدٌ مِنْ خَلْقِهِ يَا اَحَدٌ لَا يَنْقُطُ الرُّجَاءُ اِلَّا مِنْكَ وَمَا تَصَوَّرْتَ اِلَّا مَالٌ اِلَّا فَيْدِكَ يَا غِيَاثَ الْمُسْتَغِيْثِيْنَ اَغْنِنِيْ ط (شاہد علی، لاہور)

عشق (28)



# يَا عَلِيمُ کے ہوشربا کمالات

## روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے ربيع الاول کے مہینے کے شروع ہوتے ہی اللہ تعالیٰ کی جو عنایات مجھ پر ہوئیں، ان میں سے چند لکھ رہی ہوں۔ سات تاریخ کو اتوار کی رات عشاء کی نماز پڑھتے ہوئے ایک دم وہی دلربا خوشبو محسوس ہوئی۔ اس خوشبو کو اپنے اندر اتارتے ہوئے نماز مکمل کی۔ پورا گھر اس خوشبو سے مہکا ہوا تھا اور کافی دیر تک محسوس ہوتی رہی۔ یہ خوشبو میرے اندر رچی گئی ہے۔ دنیا کی تمام تر خوشبوئیں بھی اس کے آگے پیچ ہیں۔

بارہ ربيع الاول کو جمعہ کے روز روٹی پر ”محمد ﷺ“ ”مکی“ اور ”امین“ لکھا گیا۔ میں حروف مقطعات میں آخر کے لفظ کو آمین پڑھتی ہوں۔ رات میں خواب میں دیکھا کوئی کہہ رہا ہے یہ آمین نہیں بلکہ ”امین“ ہے۔ آواز سی اور آنکھ کھل گئی۔ اسی رات سونے سے پہلے رات کو آسمان پر کالی اور سفید بدلیوں کے درمیان عام دنوں سے زیادہ روشن چاند بہت بھلا لگ رہا تھا۔ میرے دیکھتے ہی دیکھتے کالی بدلی نے ہاتھ کی شکل اختیار کر لی جس کی دو انگلیاں بند اور باقی کھلی تھیں پھر ایک منٹ کے بعد وہ غائب ہو گئیں۔

پھر سفید بدلی نے ”محمد ﷺ“ کے نام کی شکل اختیار کر لی یعنی کہ یہ اسم لکھا گیا اور پانچ منٹ تک یہ منظر ایسے ہی رہا۔ چاند کی روشنی میں یکدم اضافہ ہو گیا تھا۔ اس رات سفید اور کالی بدلیوں کا حسین امتزاج روح کو سرشار کر گیا۔ (الحمد للہ)، دوسرے دن مجھے لگا جیسے میں میں نہیں ہوں۔ سارا دن دل کی عجیب کیفیت رہی۔ اب بھی (اس دن کے بعد سے) کبھی پانچ دس منٹ کے لیے دن میں عجیب محسوس ہوتا ہے۔ جیسے دنیا سے رابطہ کٹ گیا ہو۔ مگر پھر واپس آ جاتی ہوں۔ میں اسی بے خودی کے عالم میں ڈوب جانا چاہتی ہوں مگر بہت ہی کم دقت ہوتا ہے۔ ایسا کیوں ہو رہا ہے؟ آج پھر جمعہ ہے اور رات میں نے خواب میں دیکھا کہ میں گلیوں میں سے گزر رہی ہوں وہ دسینے کی گلیاں ہیں۔ بہت سے اور لوگ بھی جا رہے ہیں۔

سب کے ہاتھوں میں پیالے اور کھٹکول ہیں اور وہ ایک سمت کو بھاگے جا رہے ہیں جب اس گلی سے نکل کر کھلے میدان میں آتے ہیں تو در مسجد نبوی کا گنبد اور مینار نظر آتا ہے اور ندا آتی ہے ”خیرات بٹ رہی ہے، محمد ﷺ کے شہر میں“

(بقیہ صفحہ 33 پر)

چالیس دن تک نہار منہ اپنے بچے کو اکیس مرتبہ ”یا عَلِيمُ“ پانی پر دم کر کے پلائے تو بچہ صاحب علم ہوگا۔ ذہن اور حافظہ اس کا روشن ہو جائے گا۔ جو اس اسم کی کثرت کرے گا اللہ تعالیٰ اس پر اپنے علم و معرفت کے دروازے کشادہ فرمائیں گے اور اس کا حافظہ قوی ہوگا۔

شب تازہ وضو کر کے دو رکعت نماز ادا کرے اور بعد نماز ایک سو پچاس مرتبہ اسم پاک ”یا عَلِيمُ“ کا ورد کرے اور اس کے بعد درود پاک پڑھتے پڑھتے سو جائے انشاء اللہ اسے خواب میں بتا دیا جائے گا۔ پہلی شب معلوم نہ ہو تو تین شب جمعہ ایسا کرے۔ جو خواب میں نظر آئے گا انشاء اللہ ویسا ہی ہوگا۔ سلطان یا عیسیٰ نامی شخص کیلئے اس کا ذکر مناسب ترین ہے۔ (بوٹی)

☆ بچے کا ذہن کشادہ ہو: اگر کوئی شخص چالیس دن تک نہار منہ اپنے بچے کو اکیس مرتبہ ”یا عَلِيمُ“ پانی پر دم کر کے پلائے تو بچہ صاحب علم ہوگا۔ ذہن اور حافظہ اس کا روشن ہو جائے گا۔

☆ نام معلوم امر سے آگاہی: اگر کوئی کسی امر نام معلوم سے آگاہ ہونا چاہے تو ﴿يَا عَلِيمُ عَلِيمُنِي يَا خَبِيرُ اخْبِرْنِي يَا رَحِيمُ ارْزُقْنِي﴾

”۱۴۷۶“ کم از کم پڑھے اول آخر درود پاک ۱۱۱ دفعہ اس سے قبل دو رکعت نماز پڑھ کر اس کا ثواب نبی کریم ﷺ کی خدمت اقدس میں ہدیہ پیش کرے۔ بیس پڑھتے ہوئے سو جائے انشاء اللہ مطلوبہ امر سے متعلق آگاہی حاصل ہو جائے گی۔

☆ حصول حکمت کیلئے: جو شخص پارہ بستہ کی سختی پر شرف عطا رہے اس اسم پاک کے مربع کو کندہ کرے اور پاس رکھے اللہ تعالیٰ اسے حکمت عطا فرمائے۔ اور اگر شرف مشتری میں چاندی کی سختی پر کندہ کر کے پاس رکھے تو علوم شرعیہ میں کمال حاصل ہو۔

☆ ہر دل عزیز ہونے کا طریقہ: بلند مرتبہ حاصل کرنے، عزت و وقار کے ساتھ رہنے اپنے اور غیروں میں ہر دل عزیز ہونے نیز چہرہ میں وجاہت اور کشش پیدا کرنے کے لیے فجر کی نماز ادا کرنے کے بعد ایک سو ایک (101) مرتبہ ﴿يَا رَحِيمُ﴾ کا ورد کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ (بلال اشرف، گورنوالہ)

﴿يَا عَلِيمُ جَل جلالہ﴾ ﴿جائے والا﴾ (عدد=۱۵۰) عليم وہ ذات ہے جو ہر چیز کے اول، آخر، ظاہر، باطن، ماضی، حال اور مستقبل کے ذرا ذرا حالات سے پورے طور پر آگاہ ہے اور یہ علم اس کا ذاتی ہے۔ یعنی اشیاء کے موجود ہونے اور دیکھنے بھالنے کے بعد کا نہیں بلکہ چیزوں کے موجود سے پہلے ہی تھا۔ (حضرت لاہوری)

☆ اور ادو وظائف

☆ حصول کشف:

اگر کوئی شخص ہر نماز کے بعد اس اسم کو سو بار تلاوت کرے گا تو اللہ تعالیٰ اسے صاحب کشف و ایمان بنا دیں گے۔

☆ حافظہ قوی ہو:

جو شخص اس اسم کی کثرت کرے گا اللہ تعالیٰ اس پر اپنے علم و معرفت کے دروازے کشادہ فرمائیں گے اور اس کا حافظہ قوی ہوگا۔

☆ نام معلوم علم و عمل سے آگاہی:

اگر کوئی چاہے کے پوشیدہ کام سے آگاہی حاصل کرے (بشرطیکہ اس کا جائنا شرعاً درست ہو) تو اس کو چاہیے کہ جمعہ کی شب کو نماز کے بعد سجدے میں جائے اور سو بار ”يَا عَلِيمُ“ پڑھے اور وہیں سو جائے۔ اس کام کی ہیئت اس پر ظاہر ہو جائے گی انشاء اللہ۔ (شاہ عبدالرحمن چشتی)

☆ علم میں اضافہ:

جو شخص ”رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا“ (سورہ طاعت نمبر 114) کی تلاوت کرے انشاء اللہ اس کے علم میں اضافہ ہوگا۔

☆ حاجت پوری ہوگی:

اگر کوئی چاہتا چاہے کہ مقدمہ کا انجام معلوم کرے یا لڑائی میں فتح کس کی ہوگی، تجارت میں نفع ہوگا یا نقصان، شراکت مفید ہوگی یا نہیں، سفر اچھا ہوگا وغیرہ یا اسی قسم کے امور جن کے متعلق قبل از وقت معلوم کرنا چاہیں تو شب جمعہ کو بعد نصف

# آپ کا خواب اور تعبیر

بے چینی سی ہوتی ہے

**خواب:** میں دیکھتی ہوں کہ میں بلندی سے گر رہی ہوں۔ یہ پتہ نہیں چلتا کہ گری کہاں سے ہوں؟ پھر اچانک میں چار پائی پہ گرتی ہوں اور بچ جاتی ہوں۔ خواب کے بعد میرے جسم میں بے چینی سی پیدا ہو جاتی ہے۔ (نازیہ لاہور)

**تعبیر:** آپ کو کوئی بیماری یا پریشانی پیش آنے کا اندیشہ ہے۔ جس سے اب تک آپ برابر بچتی چلی آ رہی ہیں اور انشاء اللہ آئندہ بھی محفوظ ہی رہیں گی۔ البتہ آپ دور رکعات نماز حاجت پڑھ کر عافیت کی دعا کریں اور حسب توفیق صدقہ دیدیں۔

دولت اور عزت داؤ پر نہ لگائیں

**خواب:** کچھ روز پہلے میں نے خواب میں دیکھا کہ میری پسندیدہ لڑکی کی شادی کسی اور سے ہو رہی ہے یہ سب دیکھ کر میں بالکل مایوس ہو گیا اور اسی پریشانی میں میری آنکھ کھل گئی۔ (عزیز۔ لاہور کینٹ)

**تعبیر:** آپ کے خواب میں اس طرف اشارہ ہے کہ یہ لڑکی جس کو آپ پسند کرنے لگے ہیں درحقیقت کسی دوسرے کی امانت ہے اور اسی کے حصے میں آئے گی آپ کو سوائے مایوسی کے کچھ ہاتھ نہ آئے گا۔ اس لیے اس لڑکی کا خیال دل سے نکال دیں اور اپنا وقت دولت اور عزت داؤ پر نہ لگائیں۔ اللہ آپ کو سمجھ دے آمین۔

رشتہ مبارک رہے گا

**خواب:** میں نے دیکھا کہ جن سے میری متعلق ہوئی (خالہ زاد) میں ان کے گھر میں ہوں۔ دن کا کوئی وقت ہے کافی اجالا ہے۔ میں صحن میں اپنی خالہ زاد بہنوں یعنی ان کی بہنوں کے ساتھ بیٹی کپ شپ کر رہی ہوں۔ سامنے چنگ پر خالہ جان بیٹھی ہیں۔ میں اس خیال سے ان کے گھر میں ہوں کہ میرے منگیتر اس وقت کام پر ہوں گے اس لیے ہمارا پردہ قائم رہے گا لیکن اچانک وہ گھر آ جاتے ہیں۔ شاید انہیں کسی طرح خبر ہو جاتی ہے پھر وہ آتے ہی میری طرف دیکھ کر مسکراتے ہیں اور شرارت کے موڈ میں میرے پیچھے بھاگتے ہیں۔ میں بھاگ کر خالہ جان کے پیچھے چھپ جاتی ہوں اور خالہ جان مجھے اپنے سینے سے لگا کر انہیں پیار سے ڈانٹ دیتی

ہیں اور وہ مسکرا کر میری طرف دیکھ کر کہتے ہیں کہ مجھ سے ڈرنے کی کوئی بات نہیں میں تمہیں کچھ نہیں کہوں گا اور پھر مسکراتے ہوئے دوسرے کمرے میں چلے جاتے ہیں۔ (عائشہ صدیقی۔ ناروے)

**تعبیر:** یہ رشتہ انشاء اللہ بہت ہی مبارک رہے گا اور خوب خیر و خوشیاں قدم چومیں گی۔ آپ کا منگیتر بھی بہت پیار کر نیوالا ہنس کھ شوہر ثابت ہوگا اور آپ کی خالہ بھی نہایت ہمدرد و ساس کا کردار ادا کریں گی۔ نیز مرحوم خالو صاحب کی بھی روحانی توجہ اور خوشی شامل حال رہے گی۔ اللہ آپ کو بہت بہت خوشیاں دے۔ (آمین)

عقیدے کو صحیح رکھیں

**خواب:** میں نے دیکھا کہ ایک بہت بڑا میدان ہے اور سب لوگ قطاریں بنا کر کھڑے ہیں۔ میں نے اپنے گھر والوں اور ماموں کے گھر والوں کو بھی دیکھا۔ ایک طرف جنت اور دوسری طرف دوزخ تھی۔ سامنے ایک بہت بڑا سینٹ کا چبوترہ بنا ہوا تھا۔ اس چبوترے پر صرف ایک کرسی رکھی ہوئی تھی۔ جو پوری سونے کی تھی اور اس کرسی پر ایک بزرگ بیٹھے ہوئے تھے۔ بزرگ نے سفید چٹہ پہنا ہوا تھا اور داڑھی لمبی اور سفید تھی۔ ان کے ہاتھ میں تسبیح تھی اور ہم سب قطاریں بنا کر کھڑے تھے۔ سب سے پہلے غیر مسلموں کی باری تھی یعنی انگریزوں کی باری تھی اور وہ بزرگ جس کی طرف اشارہ کرتے تھے تو وہ آدمی اسے پکڑ کر دوزخ کی طرف لے جاتے تھے۔ مجھے یوں محسوس ہوا کہ یہ دو آدمی فرشتے ہیں۔ وہ جس کو لے جاتے تھے وہ جہنم چلاتا اور معافی مانگتا تھا۔ جنت میں کسی کو جاتے ہوئے نہیں دیکھا۔ اپنے رشتے داروں میں، میں سب سے آگے تھی۔ جب بزرگ نے میری طرف دیکھا تو میری آنکھ اس وقت کھل گئی۔ (فرخندہ ناز قمری۔ کوئٹہ)

**تعبیر:** اللہ رب کریم آپ کی مغفرت کر دیں گے بشرطیکہ آپ نیک اعمال پر ڈٹی رہیں اور اپنے عقیدے کو صحیح رکھیں۔ ہر طرح کی شرک و بدعت سے دور رہیں۔ نیز روزانہ ایک سو ایک دفعہ آیت کریمہ پڑھ کر سجدے میں گر کر گناہوں کی

معافی طلب کرتی رہا کریں واللہ اعلم۔

وہ ہی بد نصیب اور محروم ہوگا

**خواب:** میں نے دیکھا کہ میرے دونوں ہاتھوں میں ہتھیلیوں اور پشت کی جانب سادہ سی مہندی لگی ہے اور میں ہاتھ چھپانے کی کوشش کرتی ہوں کہ لوگ دیکھیں گے تو کیا کہیں گے کہ گاؤں والوں کی طرح دونوں جانب مہندی لگائے بیٹھی ہے۔ بہت سرخ رنگ چڑھا ہوا ہے سرخ ہاتھ ہیں۔ (مسز سہیل۔ واہ کینٹ)

**تعبیر:** آپ کے خواب اور تمام تر تعصیلات کے مطابق عرض یہ ہے کہ آپ کی یہ پریشانی عارضی ہے۔ جلد دور ہو جائے گی اور آپ کی ازدواجی زندگی انشاء اللہ پھر سے خوشگوار ہو جائے گی البتہ اس تمام تر پریشانی کا سبب خاندان میں ایک ایسی خاتون بنی ہے جو زبان کی بیٹھی اور دل کی نہایت کڑوی اور کینہ پرور ہے۔ جس کی خفیہ تدابیر اور چغلیوں کے نتیجے میں آپ کے شوہر نے یہ رویہ اختیار کیا ہے لیکن جلد ہی اس کی آنکھیں کھل جائیں گی۔ خدا نخواستہ شوہر اپنی غفلت سے باز نہ آئے تو آپ کا کوئی نقصان نہیں وہ ہی بد نصیب اور محروم ہوگا اور اچھی بیوی سے ہاتھ دھو بیٹھے گا۔ پچھتاوا اس کو زندگی بھر رہے گا۔ بہر کیف آپ رات کو سونے سے قبل منہ میں کوئی میٹھی چیز پانی وغیرہ رکھ کر شوہر کی محبت و رغبت کا تصور کر کے گیارہ سو دفعہ ”یَا لَطِيفُ يَا وَدُودُ“ پڑھا کریں اول آخر گیارہ دفعہ درود شریف ضرور پڑھیں۔ انشاء اللہ جلد خوشیاں دامن میں آکر گرئیں گی۔

والدہ کی مغفرت کیلئے تلاوت کریں

**خواب:** میں نے دیکھا کہ والدہ مرحوم میرے بھائی کے بیٹے کو جوان کے انتقال کے بعد پیدا ہوا تھا اور اب ایک سال کا ہے گود میں لیے ہوئے ہیں اور اس کو پیار کر رہی ہیں۔ اس کے بعد آنکھ کھل گئی۔ (حسین کوثر۔ کراچی)

**تعبیر:** ماشاء اللہ خواب اچھا ہے۔ آپ کی والدہ مرحوم کی روحانیت اپنے بچوں کی طرف ہے۔ اس کی برکت سے انشاء اللہ خاندانی خوشحالی نصیب ہوگی۔ آپ اپنی والدہ کی مغفرت کیلئے قرآن پاک کی تلاوت کریں۔



# زندگی کی خاطر دوڑتے

آپ اپنی غذاؤں میں تبدیلی کریں یا نہ کریں دو ضرور مونا پاکم کر دیتی ہے۔ اگر آپ روز بروز مونا پکے کر دیتی ہیں تو دوڑنا شروع کر دیجئے۔ لمبی دوڑ کے بعد ذہن کئی گھنٹے ہر قسم کی پریشانیوں اور تفکرات سے آزاد رہتا ہے۔ (شیخ عبدالحمید عابد، کامونگے)

جسم کی طاقت کام کرنے سے بڑھتی ہے۔ اگر آپ اپنے جسم کے پھول کو استعمال میں لاتے ہیں تو آپ قوی اور توانا رہ سکتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ بل جوتے والا بوڑھا کسان اپنے ہم عمر شخص سے چست و توانا ہوتا ہے۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ جسم کو کیوں کم مضبوط اور توانا بنایا جا سکتا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ پیدل چلنا اور دوڑنا جسم کیلئے بہترین ورزشیں ہیں۔ اپنی زندگی کے شب و روز میں موافق تبدیلیاں لانے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ دوڑیے۔ یہ ایک بہترین ورزش ہے۔ صرف دوڑنا ہی ایک ایسی ورزش ہے جس کیلئے نہ کسی ساز و سامان کی ضرورت ہے اور نہ اس پر کچھ خرچ اٹھتا ہے۔ پھر یہ کسی بھی جگہ کی جاسکتی ہے۔ دوڑنے کیلئے وقت کی بھی کوئی قید نہیں۔ صبح ہو یا ادھی رات جو بھی وقت آپ موزوں سمجھیں، یہ ورزشیں کر سکتے ہیں۔

دوڑنا ایک مکمل عضویاتی ورزش ہے۔ اس سے رانوں اور ٹانگوں کے بڑے عضلات متوازن انداز میں کام کرنے لگتے ہیں۔ یہ دل اور پیچھے ہونے کو صحت مند رکھنے کا ستا ذریعہ ہے۔

دوڑنے سے جسم پر جو اثرات مرتب ہوتے ہیں وہ اگرچہ ڈرامائی نہیں ہوتے مگر شان دار ضرور ہوتے ہیں۔ دوڑ صرف ٹانگوں اور پیچھے ہونے کو ہی نہیں پورے جسم کو قوت بخشتی ہے۔ جب آپ باقاعدہ دوڑتے ہیں تو جسم میں نرمی، چمک، قوت اور طہانیت کا احساس ہوتا ہے اور آپ ایسی شعوری قوت کے مالک بن جاتے ہیں جو شاید کسی اور طریقے سے حاصل نہیں ہو سکتی۔ مزید برآں چند میل کی دوڑ سے چھوٹی چھوٹی بیماریوں مثلاً درمسر معدے کی گڑبڑ، سگریٹ نوشی کے اثرات بدکی شکایت رفع ہو جاتی ہے۔

بیشتر لوگوں کا انکشاف ہے کہ وہ دوڑ سے نفسیاتی فوائد بھی حاصل کرتے ہیں۔ اس سے دماغی توانائی بھی حاصل ہوتی ہے۔ دوڑ زندگی کو کنٹرول کرنے کا شعور دیتی ہے۔ دوڑ سے اعصابی تناؤ دور ہو جاتا ہے۔ ورزش یا دوڑ وہ قدرتی نفسیاتی معالج ہے جس کے نتیجے میں انسان کے اندر نہ صرف اپنی ذات کی قدر و قیمت کا

احساس بڑھ جاتا ہے بلکہ وہ خود کو پہلے سے کہیں بہتر محسوس کرنے لگتا ہے۔ دوڑ بے چینی، استھلال اور بہت سی دوسری ناخوشگوار ذہنی کیفیات کا طاقتور تریاق ہے۔ دوڑ اور پریشانی ایک دوسرے کی ضد ہیں۔ لمبی دوڑ کے بعد ذہن کئی گھنٹے ہر قسم کی پریشانیوں اور تفکرات سے آزاد رہتا ہے۔

بلاشبہ دوڑ دماغی صحت میں اضافہ کرتی اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا بخشتی ہے لیکن کیا آپ جانتے ہیں کہ ایسا کیوں ہوتا ہے؟ دوڑنے سے دماغ کو وافر آکسیجن ملتی ہے جس سے اس کی صلاحیت بہتر ہو جاتی ہے۔ ایک اور سبب یہ ہے کہ جسم اور دماغ میں نہایت قریبی تعلق ہے۔ چنانچہ جہاں دوڑ سے جسم کو فائدہ ہوتا ہے وہاں دماغ کو بھی توانائی ملتی ہے۔

آپ اپنی غذاؤں میں تبدیلی کریں یا نہ کریں دو ضرور مونا پاکم کر دیتی ہے۔ اگر آپ روز بروز مونا پکے کر دیتی ہیں تو دوڑنا شروع کر دیجئے۔ مونا پاکم ہونے لگے گا۔ دوڑنے والے لوگ نہ دوڑنے والوں سے زیادہ غذائی حرارے خرچ کرتے ہیں۔ دوڑ یا جو لنگ کے ذریعے سے عورتیں ایک سال کے عرصے میں دس بارہ پونڈ اور مردیں سے زائد پونڈ وزن کم کر سکتے ہیں۔ اگرچہ دوڑ کی طرح بعض دوسرے کھیل بھی صحت کیلئے مفید ہوتے ہیں تاہم دوڑ کہ ہم اس لیے ترجیح دیتے ہیں کہ یہ وقت اور پیسہ بچانے والا کھیل ہے۔

اگر آپ قدرے عمر رسیدہ ہیں تو معالج سے مشورہ کر کے ناشتے سے پہلے سیر کریں اور اگر آپ نوجوان ہیں تو ناشتے سے پہلے دوڑ لگایا کیجئے۔ اگر آپ کو زندگی عزیز ہے تو اپنی زندگی کی خاطر دوڑیے لیکن یہ خیال ضرور رکھیے کہ اس سے گھنٹوں اور بیروں کے جوڑوں پر غیر معمولی بوجھ نہ پڑے۔

یہ ضروری ہے کہ دھیرے دھیرے ورزش کی عادت ڈالی جائے تاکہ جو زخمی ہونے سے محفوظ رہیں۔

اگر آپ قدرے عمر رسیدہ ہیں تو معالج سے مشورہ کر کے ناشتے سے پہلے سیر کریں اور اگر آپ نوجوان ہیں تو ناشتے سے پہلے دوڑ لگایا کیجئے۔ اگر آپ کو زندگی عزیز ہے تو اپنی زندگی کی خاطر دوڑیے لیکن یہ خیال ضرور رکھیے کہ اس سے گھنٹوں اور بیروں کے جوڑوں پر غیر معمولی بوجھ نہ پڑے۔

یہ ضروری ہے کہ دھیرے دھیرے ورزش کی عادت ڈالی جائے تاکہ جو زخمی ہونے سے محفوظ رہیں۔

اگر آپ قدرے عمر رسیدہ ہیں تو معالج سے مشورہ کر کے ناشتے سے پہلے سیر کریں اور اگر آپ نوجوان ہیں تو ناشتے سے پہلے دوڑ لگایا کیجئے۔ اگر آپ کو زندگی عزیز ہے تو اپنی زندگی کی خاطر دوڑیے لیکن یہ خیال ضرور رکھیے کہ اس سے گھنٹوں اور بیروں کے جوڑوں پر غیر معمولی بوجھ نہ پڑے۔

یہ ضروری ہے کہ دھیرے دھیرے ورزش کی عادت ڈالی جائے تاکہ جو زخمی ہونے سے محفوظ رہیں۔

اگر آپ قدرے عمر رسیدہ ہیں تو معالج سے مشورہ کر کے ناشتے سے پہلے سیر کریں اور اگر آپ نوجوان ہیں تو ناشتے سے پہلے دوڑ لگایا کیجئے۔ اگر آپ کو زندگی عزیز ہے تو اپنی زندگی کی خاطر دوڑیے لیکن یہ خیال ضرور رکھیے کہ اس سے گھنٹوں اور بیروں کے جوڑوں پر غیر معمولی بوجھ نہ پڑے۔

(بقیہ روحانی محفل سے مکرملہ الجھنوں کا خاتمہ)

کچھ شے دار بھی وہاں پر موجود ہیں۔ کچھ لوگ فوت ہوئے ہوتے ہیں۔ کچھ لوگ زندہ اٹھتے ہیں۔ آسمان سے بہت سی تیز قسم کی بجلی گرج رہی ہوتی ہے چمک بھی ہوتی ہے اور آسمان سے سبز گند اتر رہا ہوتا ہے اور آسمان کی دوسری طرف سے دو اصول خزانے اور اللہ تعالیٰ کے نام اور حضرت محمد ﷺ کے نام لکھے جا رہے ہوتے ہیں۔ ہم سب لوگ منظر دیکھ کر خوش ہوتے ہیں۔ پھر دوسری دفعہ دیکھا کہ ایک عورت کھانا لے کر آتی ہے۔ میری امی بھی لے آتی ہے۔ ہاتھ نہیں سے آواز آتی ہے کہ والدہ والا کھانا کھاؤ یہ جنت کا کھانا ہے۔ میں کھانا کھاتا ہوں۔ بہت سی خوش اور مر رہا ہوں۔ آسمان سے کھانا کھاتے ہیں۔ بہت شگاف اور لذت ہوتا ہے۔ اس میں زعفران، بادام اور دودھ ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ مجھ سے کہتے ہیں میرے دو اصول خزانے تمہارے پاس ہیں اور تمہارا رے دو اصول خزانے میرے پاس ہیں۔ پھر اللہ پاک میری امی اور پچھو کو ایک گلے کا بیج دیتے ہیں سب در کر "اللہ هو الحی" ایسے ہی کچھ کچھ آتی ہے پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

(بقیہ روحانی کیفیت)

سب لوگ تیز دوڑنے لگتے ہیں کہ کسی نے رک کر مجھ سے پوچھا تمہارا کھانا کہاں ہے۔ میں اپنے ہاتھوں کا پیالہ بنا کر کہتی ہوں کہ یہ ہے اور تیز چلے گئی ہوں۔ وہ پھر پوچھتے ہیں کیا اکیلی آئی ہو۔ تو میرے جواب دینے سے پہلے ہی ایک بزرگ شخص کہتے ہیں میں ہوں اس کے ساتھ اور پھر میرا بازو پکڑ کر چلے گئے ہیں۔ آکھ کی تو تجھ کا وقت تھا۔ کبھی کبھی میں جوتی ہوں کہ اللہ تعالیٰ کی اتنی نوازشوں کے میں قائل تھی کیونکہ کوئی بھی حسن عمل اور نیکی مجھے اپنے لیے میں نظر نہیں آتے۔ صرف فرائض کی ادائیگی ہی ہے اس کے علاوہ مجھ میں کوئی خوبی نہیں۔ نہ ہی مجھ میں اخلاق ہے۔ دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ مجھے اپنے عاجز ترین لوگوں میں شامل کر لے اور مجھے اخلاق حسنہ سے نوازے۔ میری خوش نصیبی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اپنے محبوب ﷺ کے صدمہ مجھے آپ جیسے رہبر سے نوازا ہے کیونکہ پھر تو بہت ہیں مگر فقیر کوئی کوئی ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو ایسی قیمتی عطا کرے کہ دنیا جہاں کے تخت و تاج بھی اس کے نام کے کوئی حیثیت نہ رکھنے ہوں گے۔ میری دعا ہے کہ آپ ایسا نام پائیں کہ حق دنیا تک کے لوگوں کے لیے آپ باعث شرف و شعل راہ ہوں۔ آمین۔ **نوٹ:** میرے لیے دعائے خیر کیجئے گا کہ مجھے اپنے غصے اور ضدی پن پر قابو پانے کی صلاحیت مل جائے اور میری عاقبت خراب ہونے سے بچ جائے۔ (ایک اندلی نصیر)

سردی سے بچاؤ

اسی کے بچ لے کر اس کے آٹے میں دیسی گھی ڈال کر اسکی چٹائیاں بنالیں اور روزانہ استعمال کریں۔ (2) زیادہ سردی لگنا اور سر کو ڈھانپ کر سونے کی وجہ دماغی کمزوری بھی ہو سکتی ہے۔ اگر نیند نہ آنے کے ساتھ دماغی بوجھل پن ہے اور اسکے علاوہ ڈپریشن جیسی کوئی علامات ہیں تو سائیکیاٹرٹ سے رابطہ کریں۔ وہ آپ کی علامات کے مطابق ٹریٹمنٹ کرے گا تو نیند اور سردی لگنا اور تھکاوٹ جیسی علامات یقیناً دور ہو جائیں گے۔ اس کے ساتھ ذرا پی فوٹ کا استعمال کریں۔ ناریل، اخروٹ وغیرہ۔ (شہناز مظفر، گجرات)

**اہم اعلان**  
قائم توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ذاک نے منی آرڈر دی پی فیس 50/- روپے کر دی ہے۔  
خیر اور حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

# قارئین کی خصوصی تحریریں

(پروفیسر ڈاکٹر خالد حمید، آئی سپیشلسٹ اینڈ اسٹنٹ پروفیسر بولان میڈیکل کالج کوئٹہ)

میں عبقری کا عرصہ دراز سے قاری ہوں۔ میں اپنی گاڑی کے میٹک کے پاس گیا تو اعجاز کو دیکھا کہ اس کے سر، جسم اور ہنڈوں تک کسی جگہ پر ایک بال بھی نہیں۔ میں آئی سپیشلسٹ ہوں لیکن میں نے اس سے پوچھا کہ آپ نے اس کا علاج نہیں کیا؟ کہنے لگا میں نے بڑے بڑے ڈاکٹروں سے علاج کرایا۔ 5-6 لاکھ روپے خرچ کیے۔ قیمتی سے قیمتی دوائیں اور انجکشن لگائے لیکن افادہ نہ ہوا، کبھی فائدہ توڑا ہوتا تھا پھر وہی تکلیف شروع ہو جاتی تھی۔ آخر تھک ہار کر میں نے علاج کرنا چھوڑ دیا۔

کچھ دن پہلے میں نے عبقری میں بالوں کے گرنے اور گہنے پن کے لیے نسخہ پڑھا تھا۔ میں نے کہا کہ اگر آپ کی تکلیف دور ہو جائے اور آپ کا کام ہو جائے تو کیا خیال ہے؟ وہ خوش ہو گیا لیکن شرط رکھی کہ اگر آپ کو فائدہ ہو تو دوسروں کو بتائیں لیکن بغیر قیمت۔ وہ مان گیا۔

دوسرے دن عبقری سے نسخہ لکھ کر اسے دے دیا۔ ایک ماہ نہ گزرا تھا کہ لوگوں نے اسے کہنا شروع کیا کہ تم نے ہنڈوں پر سرا لگانا شروع کر دیا یا تمہاری ہنڈوں پر بال آنا شروع ہو گئے ہیں۔ سر اور جسم کے دوسرے حصوں پر بال جھلکے آنا شروع ہو گئے۔ مجھے خود حیرت ہوئی۔

وہ میرا نام تو بھول گیا لیکن میرے ہسپتال کا نام یاد رہا۔ وہ مجھے گاڑی کے رنگ اور کچھ نشانیوں کی وجہ سے ڈھونڈتا رہا لیکن میں اسے نہ ملا تھک ہار کر وہ واپس چلا گیا کیونکہ اسے میرا نام نہیں آتا تھا اور نہ ہی میں نے اسے اپنا نام بتایا تھا۔

ایک دن ایسے میں اس کے پاس چلا گیا۔ بہت خوشی سے ملا۔ انتہائی حیرانگی سے بتایا کہ مجھے بہت فائدہ ہوا کہ میرے جسم کے سارے بال نہایت خوبصورت آگئے اور میں مطمئن ہوں۔ جب لوگوں نے میرے بالوں کو دیکھا تو حیران ہوئے اور سوال کرنے پر میں نے بتایا کہ میں نے عبقری رسالے کے حوالے سے یہ نسخہ استعمال کیا ہے۔ لوگ مجھے کہتے ہیں کہ اعجاز بھائی ہمیں وہ نسخہ بتاؤ ہم بھی استعمال کریں اور جس کو بھی یہ نسخہ دیتا ہوں وہ خود بنا کر استعمال کرتا ہے اور اسے نفع ہوتا ہے۔

جسم سارا گنجا ہوا یا کہیں گنجا ہوا یا جسم کے بال گر رہے ہوں ہر طرح کیلئے یہ نسخہ نہایت مفید ہے۔

**نسخہ ہوالشانی:** انڈے کی زردی کا تیل دو چمچ بڑے۔ کلونجی باریک پیسی ہوئی آدھا چمچ، دونوں کو ملا کر سر پر اچھی طرح رگڑیں اور بالش کریں۔ اس طرح مستقل کرنے سے گنج دور ہو جاتا ہے۔ یہ والا نسخہ حکیم صاحب کی کتاب کلونجی کے کرشمات کے صفحہ نمبر 42 پر بھی درج ہے۔

**جوڑوں کا درد اور لیڈی ڈاکٹر کی بہن:**

ہمارے ہسپتال کی ایک لیڈی ڈاکٹر کی بہن کے جوڑوں میں شدید درد تھا۔ اتنا درد تھا کہ ڈاکٹروں نے اسے ہارمونز دینا شروع کر دیے۔ 4-5 قسم کی ادویات ہارمونز کے ساتھ استعمال کر رہی تھی اور درد اتنا کہ نماز بیٹھ کر نہیں پڑھ سکتی تھی۔

بچے رکھ کر پڑھتی تھی۔ میں نے عبقری کے حوالے سے ذکر کیا کہ میرے پاس نسخہ ہے۔ میں نے کہا کہ اس نسخہ میں ایک چیز مشکل ہے وہ آک کی جڑ کا چھلکا۔ لیڈی ڈاکٹر نے کہا کہ یہ میرے لیے مشکل نہیں کہ میرا بہنوئی ڈی ایس پی ریٹائرڈ ہے۔ آخر کار وہ چھ جیل کی طرف گاڑی میں 3-4 آدمیوں کو ساتھ لے گیا اور وہاں آک کا پودا کاٹ کر اس کی جڑ نکال لی۔ اس کا چھلکا اتارا، گھر میں لا کر خشک کیا۔ میں نے جب اسے کھانا تو وہ ایک چھٹانک نکلا پھر اس میں اور دوائیں ملا کر دوائی تیار کی۔ اس نے دوائی استعمال کرنا شروع کی۔ کچھ عرصے کے بعد ہسپتال میں ملی اور کہا کہ زمین آسمان کا فرق ہے۔ میں دن رات آپ کو دعا کہیں دیتی ہوں۔ پھر میں نے اپنی بڑی بہن کو بھی یہ نسخہ بتایا۔ وہ بھی استعمال کر رہی ہے، اسے بھی فائدہ ہوا ہے۔

پھر میری بیوی کو جوڑوں اور پاؤں میں درد ہوتا تھا میں نے یہ نسخہ اپنی بیوی کو بھی دیا۔ اسے فائدہ ہوا۔ جب پاؤں میں تکلیف ہوتی تو وہ دوائی کھا لیتی۔

**ہوالشانی:** آک کی جڑ کا چھلکا خشک شدہ ایک پاؤ، کلونجی ایک پاؤ، اجوائن ایک پاؤ، ان تمام ادویات کو بالکل باریک پیس کر سفوف تیار کریں۔ مقدار خوراک میں ایک چمچ سے آدھا چمچ دن میں تین یا چار بار، چائے، دودھ یا پانی کے

ہمراہ کھانے سے قبل۔ یہ نسخہ حکیم صاحب کی کتاب کلونجی کے کرشمات کے صفحہ نمبر 35 پر درج ہے۔

**نوٹ:** بعض لوگوں کو دوائی کھانے سے کچھ متلی کی کیفیت ہوتی ہے۔ گھبراہٹیں نہیں، بلکہ مقدار کم یا زیادہ لیتے رہیں۔ بالوں اور جوڑوں کے تمام نسخہ جات حکیم صاحب کی کتاب کلونجی کے کرشمات میں پڑھیں۔

**ہاضم خاص اور میرا مشاہدہ:**

میرا بہنوئی لاہور میں رہتا ہے۔ میں عبقری کے دفتر سے ہاضم خاص لے گیا تھا۔ میں بہن کے گھر گیا تو بہن کو معدہ کی تکلیف تھی۔ وہ کہیں ختم میں گئی تھی۔ وہاں کچھ کھایا پیا تھا اس کی وجہ سے معدہ خراب ہو گیا۔ میں نے ہاضم خاص کا تذکرہ کیا تو کہنے لگی کہ میری طبیعت نہایت خراب ہے۔ متلی ہو رہی ہے، دل ڈوب رہا ہے اور گھبرا رہا ہے۔ انہیں فوراً ہاضم خاص کا ایک چمچ دیا۔ 1/2 گھنٹے بعد کہتی ہے کہ میں بالکل تندرست ہو گئی ہوں، دل، معدہ اور تمام اعصاب بالکل درست انداز میں حرکت کر رہے ہیں۔

میری بہن نے کہا کہ یہ پشلی مجھے بھی دے جائیں۔ میں نے آدھی اپنی بہن کو دے دی۔ میری بہن کے گھر والوں کو یہ پشلی اتنی مفید ثابت ہوئی کہ اب یہ ان کے گھر کی ضرورت بن گئی ہے۔ گھر کا ہر فرد جی کہ رشتہ دار اور ملنے والے بھی ہاضم خاص سے مستفید ہوتا شروع ہو گئے اور بے شمار لوگوں نے شفاء پائی۔ اس پشلی کو میں خود اور میرے گھر والے بھی استعمال کرتے ہیں۔

**محمد اویس ڈیفنس لاہور کے تجربات**

**ومشاہدات قارئین کے لیے**

**شادی کیلئے عمل:**

یہ وظیفہ مجھے ایک لنگڑے نے دیا تھا۔ ”بسا وڈوڈ“ 3125 دفعہ جمعہ کی نماز کے بعد سنتوں کے بعد پڑھیں جب تک مسئلہ حل نہ ہو ہر جمعہ کر پڑھیں۔ میرا مسئلہ تیسرا جمعہ گزرنے کے بعد حل ہو گیا تھا۔

**طاقت کیلئے مجرب اور آزمودہ نسخہ:**

مغز بنولہ ایک چمچ سفوف، مغز دھنیا ایک چمچ سفوف، چہار مغز ایک چمچ سفوف، بادامے گریاں سفوف۔

ان تمام اجزاء کو 1/2 کلو پانی میں ڈال کر لینڈر مشین میں اچھی طرح ٹیک کریں۔ ملل کے کپڑے کے ساتھ اچھے طریقے سے نیچوڑیں۔ صرف پانی استعمال کریں۔ اس آدھا کلو



پانی میں آدھا کلو دودھ ڈال کر اس کو ہلکی آنچ پر ہلاتے رہیں۔ جب آدھا باقی رہ جائے تو کسی دوسری پلیٹ میں ایک چمچ دیسی گھی میں 2 الاچکی کے دانے ڈال کر گرم کر کے اسی کے اندر بھگا رکھائیں۔ چینی حسب ضرورت استعمال کریں اور رات کو سوتے وقت اس کو پی لیں اور آٹھ دن کے بعد حیرت انگیز رزلٹ دیکھیں۔ یہ نسخہ میں نے جتنے لوگوں کو دیا، حیرت انگیز رزلٹ ملے۔ قوت، طاقت اور انرجی کے لیے لا جواب ہے۔ جس حکیم صاحب نے یہ نسخہ دیا تھا وہ خود بے شمار لوگوں کو استعمال کرا چکے ہیں۔ ایک وڈیرے کو بنا کر دیتے تھے۔ اس کی چار بیویاں تھیں۔ اس طرح خود میں نے بے شمار لوگوں کو دیا جو اپنی جسمانی اور خاص طاقت سے مایوس ہو چکے تھے۔ یقینی فائدہ ہوا اور کسی ایک نے بھی شکوہ نہیں کیا۔ مجھے خود اعصابی کمزوری، سر میں غنودگی رہتی تھی۔ جسم بالکل بے جان رہتا تھا میں نے خود اس نسخہ کو 10-15 دن استعمال کیا اور بالکل ٹھیک ہو گیا۔ اس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔

#### عققر حاور تخم ریحان والانسخہ:

بھائی کے دوست کی شادی تھی اور جنسی طور پر وہ کافی کمزور تھا۔ اس کو سخت ضرورت تھی۔ اس کے علاوہ 10-12 مریضوں کو دیا۔ نشاط کالونی میں لاکا بالکل نامرد تھا۔ اس کو یہ والانسخہ بنا کر دیا اور پندرہ دن کے بعد اس کی مردانہ طاقت بہت زیادہ ہو گئی۔ ایک عیسائی کو یہی والانسخہ بنا کر دیا تو چند دنوں کے بعد نامردی ایسے ختم ہو گئی جیسے پہلے تھی ہی نہیں۔ اس نے پہلے سے زیادہ عزت کرنا شروع کر دی۔ اس کے علاوہ بھی جس کو بھی یہ والانسخہ استعمال کرایا مثبت جواب ملا۔

حوالشانی: کلونچی 50 گرام، عققر 50 گرام، تخم ریحان 50 گرام، مصری 50 گرام،

ترکیب تیاری: تخم ریحان کے علاوہ باقی تمام اجزاء کوٹ پیس کو سوف بنا لیں اور محفوظ رکھیں، ان تمام اجزاء کو گٹے کے بعد تخم ریحان بغیر کوٹے پیسے تمام ادویات میں ملا لیں اور ایک چوتھائی چمچ صبح اور شام بعد از غذا استعمال کریں۔

ترکیب استعمال: جنسی کمزوری اور بے طاقتی کا تیر ہدف نسخہ ہے۔ جسم میں نشاط، کیف، کیفیات، نئے ولولے، نئی جوانی اور نئی انگلیں پیدا کرتا ہے۔ یہ ایک سینے کا راز ہے جو کہ قارئین کی خدمت میں بلا کم و کاست پیش کر دیا ہے۔ امید ہے جائز ضرورت کے لیے استعمال کریں گے۔ مزید وضاحت کے لیے حکیم صاحب کی کتاب کلونچی کے کرشمات

میں صفحہ نمبر 22 تا 24 پڑھیں۔

#### ایک انوکھا راز صرف مایوس مریض پڑھیں:

جون 2007 میں اس نام سے ایک آرٹیکل ماہنامہ عبقری کے جون کے شمارے میں صفحہ نمبر 4 پر چھپا۔ جس کو میں نے پڑھا۔ جس میں جوڑوں کے درد کے لیے ایک نسخہ دیا گیا تھا جو بنانے میں نہایت آسان ہے جس کو میں نے خود بنایا اور جوڑوں کے 5-7 مریضوں کو دیا، جو بالکل تندرست ہو گئے۔ یہ مریض ایسے تھے جو درد کی تکلیف کی وجہ سے پیدل چل نہیں سکتے تھے لیکن کچھ عرصہ استعمال کرنے کے بعد چلنے کے قابل ہو گئے بلکہ آہستہ آہستہ ان کے جوڑوں میں درد بھی ختم ہو گیا۔ نسخہ حوالثانی: گوند کثیرہ ایک چھٹانگ، گوند بول (گوند کیکر) ایک پاؤ، گھی دیسی ایک چاول والا چمچ۔

مزید وضاحت کے لیے ماہنامہ عبقری جون 2007ء کا صفحہ نمبر 4 پڑھیں۔

#### قبض کا آسان نسخہ:

میرے گھر کے ساتھ ایک خاتون زیتون نامی رہتی تھی قبض کی وجہ سے اس کے سر کو درد پڑتا تھا۔ ہمارے بڑے بہنوئی نے ڈاکٹروں کو دکھایا تو انہوں نے بتی دی۔ اس سے بھی اتفاق نہ ہوا تو ڈاکٹروں نے آخر کار کہا کہ اس عورت کا آپریشن کرنا پڑے گا۔ سب گھر والے پریشان تھے کہ باجی نے دودھ کے ساتھ کوئی دوا لی تو صبح کو زیتون بی بی کا پاخانہ ٹھیک ہو گیا۔ نسخہ حوالثانی: چھوٹی کالی بڑیر فرانی میں 1/2 چمچ کھانے کے بعد گرم دودھ پانی کے ساتھ لیں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔

#### چوری کا الزام:

ایک دفعہ مجھے فون آیا کہ آپ تھانے آئیں کہ آپ پر چوری کا الزام ہے کہ آپ نے کمپیوٹر چوری کیا ہے۔ اتفاق کی بات ہے کہ میرے ساتھ رہنے والا لاکا اپنے گھر منڈی بہاؤ الدین گیا تھا اور تھانے والوں نے مجھے دیرایا دھمکایا۔ آخر صبح حلف کا وقت رکھ دیا گیا۔ میں نے گھر میں نہیں بتایا بلکہ ساری رات رو رو کر جُسٹیا اللہ ونعم المومنین (سورۃ آل عمران آیت نمبر 173) اور "وَبِئْسَ مَغْلُوبٌ قَا تَقْصِرُ" (سورۃ آل عمران نمبر 10) خوب پڑھا۔ صبح خوف اور پریشانی خود بخود دور ہو گئی۔ کچھ دنوں کے بعد کمپیوٹر مل گیا اور تھانے والوں نے مجھ سے معذرت کی۔ دشمن کے شر سے حفاظت کے لیے:

ایک دشمن کے شر سے حفاظت کے لیے "وَبِئْسَ مَغْلُوبٌ

قَا تَقْصِرُ" (سورۃ آل عمران نمبر 10) سارا دن چلتے پھرتے اس کے چہرے کا تصور کر کے پھونک مارتا رہتا۔ اللہ پاک نے اپنے نام کی برکت سے مجھے اس کے شر سے محفوظ رکھا اور پریشانی اور رسوائی اس کا مقدر بن گئی۔

#### دوا نمول خزانے کی برکت:

ایک لڑکی سے تعلق تھا۔ وہ بھاگ کر کوٹھے پر چلی گئی اور الزام مجھ پر لگ گیا۔ وہ کوٹھا ایک تھانیدار کی زیر نگرانی چل رہا تھا۔ ساری رات بھکاری بن کر دوا نمول خزانے کا درد مکمل توجہ اور دھیان سے کرتا رہا۔ آخر لڑکی صبح کو اپنے گھر خود بخود واپس آ گئی اور الزام سے بچ گیا۔

اللَّهُمَّ إِنَّا نَجْعَلُكَ فِي نُحُورِهِمْ وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ شُرُورِهِمْ:-

ڈاکٹر آفتاب صاحب کے ماموں زاد بھائی بزرگ ہیں۔ انہوں نے ہدیہ کیا تھا۔ مغرب کی نماز کے بعد اور فجر کی نماز کے بعد 7 بار اپنے دشمن کا تصور کر کے پڑھیں اس کے علاوہ اٹھتے بیٹھتے پڑھتے رہیں۔ ان شاء اللہ دشمن اپنے ہر حربے میں ناکام ہوگا۔

#### يَا بَدِيعُ الْعَجَائِبِ بِالْخَيْرِ يَا بَدِيعُ:-

عشاء کے بعد خاص وقت مقررہ پر یا بَدِيعُ الْعَجَائِبِ بِالْخَيْرِ يَا بَدِيعُ کی 12 دن 12 تسبیح کرنی ہے۔ قبلہ رخ ہو کر تسبیح کرنی ہے۔ تسبیح کے بعد کسی سے بات نہیں کرنی بلکہ سو جانا ہے۔ اگر کسی سے رقم لینی مقصود ہو تو یہی وظیفہ لگا تار کریں۔ جب آٹھواں دن ختم ہوگا مخالف خود بخود پیسے دے کر جائے گا اور معذرت بھی کرے گا۔ اس وظیفہ کو کرنے کے لیے شرط ہے کہ وقت مقرر ہو اور اس کے لیے جگہ مقرر نہیں ہوتی۔ ہمارے ایک دوست کی پہلی بیوی فوت ہو گئی تھی اور وہ کافی پریشان تھے آخر کار یہ وظیفہ یا بَدِيعُ الْعَجَائِبِ بِالْخَيْرِ يَا بَدِيعُ والا پڑھا اور چند دنوں میں ان کی دوسری شادی ہو گئی۔

#### ناسلو کا آخری علاج:-

ناسلو کے لیے ایک نسخہ حاضر ہے۔ بہت آزمودہ ہے۔ ایک گلاس پانی ابال کر ہلکا نیم گرم کر لیں ایک گولی ڈسپرین، تھوڑا سا نمک، چٹکی بھر میٹھا سوڈا حل کر کے دن میں 4 بار غرارے کریں۔ کچھ عرصہ باقاعدہ کریں پھر بعد میں جب بھی تکلیف محسوس ہو غرارے کر لیں۔ آپریشن کے بغیر ہی مریض اس سے تندرست ہو جائے گا۔

(رضوانہ صفدر۔ حسن پورہ سحرات)

## بولتی زبان اچانک چھن گئی

جب زلزلہ آیا تو سب کچھ ماں، باپ، بیوی، بچے، مال، مویشی، گودام، زمین دیکھتے ہی دیکھتے اس دریائے زہنم کر لیے

(غلام مصطفیٰ، مظفر گڑھ)

واقعہ بڑا عجیب و غریب اور سوچنے پر مجبور کر دینے والا ہے۔

جب بھٹو کی حکومت تھی تو شمالی علاقہ جات، بشام، شاہ پور،

سوات وغیرہ کے علاقوں میں انتہائی خطرناک قسم کا زلزلہ آیا

تھا۔ پورے علاقے صفحہ ہستی سے نابود ہو گئے تھے۔ سینکڑوں

لوگوں کو اپنی زندگی سے ہاتھ دھونا پڑا اور کئی لوگ معذور اور

اپانچ ہو گئے تھے۔ علاقے والوں کی طرف سے ہر قسم کی امداد

زلزلہ زدگان کو دی جا رہی تھی۔ میری ڈیوٹی چوک یادگار میں

امدادی سامان اور رقم جمع کرنا تھی۔ کچھ دنوں کیلئے مجھے آرام

کیلئے رخصت ہو گئی۔ ایک دن مجھے راجپورہ گیٹ میں جانے

کا اتفاق ہوا اور میں مختلف اخبار اور رسالہ دیکھنے میں مشغول

تھا کہ جناب امیر صاحب تشریف لے آئے مجھے دیکھتے ہی

کہنے لگے کہ یہ ٹرک تیار کھڑا ہے اس کے ساتھ بشام کمپ پینچ

جاؤ۔ 15 دن کیلئے تمہاری ڈیوٹی وہیں بشام میں ہوگی لہذا

آپ جانے کی تیاری کر لیں اور گھر والوں کو اطلاع کر دیں۔

میں تقریباً 2 بجے تیار ہو کر ٹرک پر موجود تھا۔ تقریباً 3 بجے

روانگی ہوئی۔ سخت سردی تھی۔ ہم لوگوں کو رات بینکورہ میں

ایک جماعتی ساتھی کے گھر بسر کرنا پڑی۔ صبح فجر کی نماز کے

بعد بینکورہ سے مرکزی کمپ بشام کیلئے ٹرک روانہ ہوا تمام

درخت راستے میں برف سے ڈھکے پڑے تھے۔ تمام راستے

برفباری سے سفید تھے۔ بشام میں دریا کے کنارے ہمارا

مرکزی کمپ تھا۔ آٹا چائے، گڑ، گرم پکڑے، کبل، لحاف اور

ہر قسم کی ادویات بھی موجود تھیں۔ وہاں سے میں دوسرے

تیسرے کمپ تک گیا۔ اس طرح میں یکے بعد دیگرے آخری

کمپ تک ہوا آیا۔ ایک عجیب اور حیران کن بات یہ تھی ہر منٹ

بعد زلزلہ مسلسل آ رہا تھا۔ جس کمپ کا میں ذکر کر رہا ہوں وہ

بہت بڑا بازار تھا جو کہ ڈیر بن چکا تھا۔ ہمارے سامنے کی

طرف لکڑیوں اور پتھروں کا ڈھیر تھا اور ہماری پیٹھ کی طرف

گہرائی میں ایک پرشور دریا تھا جو کہ برفانی پانیوں سے پُر بہہ

رہا تھا۔ جیسا کہ میں پہلے عرض کر چکا ہوں کہ ہر منٹ بعد

زلزلہ آ رہا تھا کہ اچانک بڑا ہی شدید (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

## ”دانت اور ڈاڑھ کا درد“

ایک روحانی نسخہ میرا اپنا تجرب شدہ، تقریباً دس سال سے

استعمال شدہ پیش کرتا ہوں۔ قبول فرمائیں۔ ”برائے

دانت، ڈاڑھ کا درد“

میں نے بزرگوں سے سنا تھا کہ وتر کی نماز میں پہلی رکعت

میں سورہ نصر، دوسری میں سورہ لہب اور تیسری میں سورہ

اعلاص پڑھنے سے دانت اور ڈاڑھ درد نہیں کرتے۔ یہی

عمل میں نے عملیات کی ایک دو کتابوں میں دیکھا تو عمل

شروع کر دیا۔ لیکن اس کے ساتھ ساتھ ہر مرتبہ چھینک

آنے کے بعد یہ دعا بھی ضرور پڑھنا چاہیے۔ (الْحَمْدُ

اللّٰہَ رَبَّ الْعَالَمِیْنَ عَلٰی کُلِّ حَالٍ مَا

تَکَانَ) اس شخص میں ایک حکایت عرض کرتا ہوں کہ اس کی

اہمیت واضح ہو جائے۔

ایک مرتبہ میری ڈاڑھ میں درد ہوا۔ جب دو، تین دن درد رہا

تو مجھے شک ہوا کہ عمل شاید درست نہیں ہوا۔ پھر میں نے

شیشہ دیکھا اور باریک لکڑی پھیری تو چھوٹا سا بڑی کا ٹکڑا نکلا

اور درد ختم ہوئی۔ یہ عمل میں نے کئی لوگوں کو بتایا جس نے بھی

عمل کیا اس کو نفع ہوا لہذا دونوں عمل اکٹھے کیے جائیں یعنی

1- نماز وتر والا، 2- چھینک کے بعد دعا والا

(مرسلہ: حکیم و عامل چوہدری عدیل شہزادہ کراچی)

## بائی بلڈ پریشر کے لیے ”نشاری“ پانی

نشاری اور نیٹانالوجی کے جدید دور نے انسانوں کو بظہر

سہولت، لیکن دراصل ایسے ہیماٹک عذاب میں مبتلا کر دیا

ہے جو زندگی کی تمام سہولتوں کے باوجود انسان کو عاجز

کر دیتا ہے۔ ان عاجز کر دینے والی بیماریوں میں ہائی

بلڈ پریشر بھی ہے۔ اچھا خاصا انسان سر چکراتے، نیند نہ

آنے اور وقت بہ وقت ماحول سے پریشان ہو کر اپنے

حواس کھو بیٹھتا ہے یا پھر کسی سے الجھ کر بعد کے مستقل

پچھتاوے اور ندامت کے عذاب میں مبتلا ہو جاتا

ہے۔ ایسے انسان کو کہتے ہیں کہ آپ اپنے بلڈ پریشر کا علاج

کریں یا پھر انسان خود کہتا ہے کہ بے بس ہوں کیا کروں

ہائی بلڈ پریشر نے عاجز کر دیا اور مجبور کر دیا ہے روزانہ جب

تک یہ ادویات نہ کھاؤں، بلڈ پریشر کنٹرول نہیں

ہوتا۔ ایسے مجبور اور بے بس لوگوں کے لئے خوشخبری ہے کہ

وہ جڑی بوٹیوں سے استفادہ کریں اور ہائی بلڈ پریشر سے

انشاء اللہ تعالیٰ ہمیشہ کے لئے نجات پائیں۔

قیمت:- 100 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوایں برائے دس یوم)

(جانبی نذیر احمد ضیاء)

## تقدیر کا فیصلہ

ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ دولہا کی ہتھیلی پر زہریلا ڈنگ ہے

جس سے اس کی موت واقعہ ہوئی ہے تقدیر ہو کر رہتی ہے۔

جن دنوں کا یہ واقعہ ہے اس زمانہ میں شادی بیاہ کے موقع پر

بارات کو رات ٹھہرایا جاتا تھا۔ جوانی کے دن تھے، بہار کا

زمانہ تھا کہ میرے ایک دوست کی شادی آگئی۔ بارات

روانہ ہوئی اور منزل پر پہنچ گئی۔ تو اضع و خاطر کے بعد رات کو

بارات کو روک لیا گیا۔ گرمیوں کا زمانہ تھا، کھلے میدان میں

چار پائیاں ڈال دی گئیں۔ آہستہ آہستہ رات گزرنے لگی

اور بارانی نیند کی گہری وادی میں اترتے گئے۔ میں اور میرا

دوست ایک ہی چار پائی پر لیٹ گئے اور دیر تک ادھر ادھر کی

باتیں کرتے رہے حتیٰ کہ آدھی رات گزر گئی۔ اچانک کیا

دیکھتا ہوں کہ دولہا صاحب جو ہمارے نزدیک ہی ایک

چار پائی پر گہری نیند سو رہا ہے اور اس کا ایک ہاتھ چار پائی

کے باہر لمبا پڑ کھلا ہوا ہے۔

گاؤں میں گوبر کے اُپلے اکٹھے کر کے موصل کی شکل بنادی

جاتی ہے اور اوپر سے گوبر کی لپائی کر دی جاتی ہے تاکہ بارش

سے محفوظ رہے۔ اس موصل میں ایک سوراخ بنادیا جاتا ہے

اور حسب ضرورت اس میں سے اُپلے جانے کیلئے نکال لیے

جاتے ہیں۔ کیا دیکھتا ہوں کہ اس موصل سے ایک بڑا بچھو نکلا

اور آہستہ آہستہ ریٹکتا ہوا دولہا کی چار پائی کے پاس پہنچ گیا

اور بار بار اچھل کر دولہا کے کھلے ہاتھ کی ہتھیلی پر ڈسنے کی

کوشش کی مگر کامیاب نہ ہوا۔ واپس موصل میں پہنچا اور ایک

اُپلا بیکر رول کرتا ہوا دوبارہ دولہا کی چار پائی تک پہنچا وہاں پر

اُپلا رکھا اور اس پر چڑھ کر دولہا کی ہتھیلی پر ڈسا اور واپس اُپلے

کو دھکیلتا ہوا موصل میں داخل ہو کر غائب ہو گیا۔ اس وقت

میں اور میرا دوست بھاگی ہوش و حواس میں تھے مگر نہ تو بول

سکتے تھے اور نہ حرکت کر سکتے تھے۔

قدرت کاملہ نے بے بس کر کے رکھ دیا تھا۔ صبح نہونے پر جب

دولہا صاحب مردہ پائے گئے اور ڈاکٹر صاحب کو بلا لیا گیا تو

ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ دولہا کی ہتھیلی پر زہریلا ڈنگ ہے

جس سے اس کی موت واقعہ ہوئی ہے، تقدیر ہو کر رہتی ہے۔



(بقیہ: اسی استعمال کیجئے)

کھل جاتی ہیں اور زکام بہہ جاتا ہے، اگر کسی کو کسی جگہ سے خون آرہا ہو تو اس کی جلی ہوئی راکھ چھڑکنے سے بند ہو جاتا ہے۔ اس موقع پر اس کی چھال کو جلا کر استعمال میں لانا مفید ہے۔ اسی کے پھولوں سے دل کو فرحت اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔ موسم سرما میں اسی کو بادام پستہ، سبزی، شکر کے ہمراہ ایک طاقت ور غذا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اس سے کمر میں درد اور پیشاب کی زیادتی میں فائدہ ہوتا ہے۔ درمیں کو تحلیل کرنے اور پھوڑے پھنسیوں کو پکانے کی غرض سے اس کا پلٹس باندھنا ایک اچھی تدبیر ہے۔ پلٹس باندھنے سے درم بہت جلد تحلیل ہو جاتا ہے۔ بیرونی درم کے علاوہ اندرونی درمیں مثلاً دانت الریہ ذات الجنب ورم باریطون جوڑوں کے درم، عروق ششہ کے درم، جگر کے درم، کھانسی اور دوسرے سوزش مرضوں میں اسی کے بیجوں کا لیپ مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس کیلئے اسی کے بیجوں کو کوٹ کر استعمال کرنا چاہیے۔ اندرونی قسم کے درمیں میں اسی کو موثر بنانے کیلئے اسی میں سولہواں حصہ رانی شامل کی جائے۔ اگر جوڑوں کے درم میں اسی کے برابر وزن اسفول کے ساتھ استعمال کیا جائے تو نتائج اور موثر ہو جاتے ہیں۔ پیشاب اور جھش کی رکاوٹ کیلئے اسی کی تین گرام مقدار کا استعمال کافی ہے۔ یہ مقدار روزانہ چند دن تک دی جائے۔ چھائیوں کی صورت میں سر کے میں پیش کر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے اور مہاسوں میں بھی اثر دکھائی ہے۔ آشوب چشم میں لعاب آنکھ کے چاروں طرف لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ اسی (حتم کتان) کو پیش کر شہد میں ملا کر چٹانے سے فائدہ ہوتا ہے اگر خشکی محسوس ہو تو اس میں مغز بادام قشر بھی شامل کیے جاسکتے ہیں۔ اسی کا تیل بھی مفید ہے۔ اس کا مزاج گرم و تر ہے۔ درمیں پر مالش میں فائدہ دیتا ہے۔ جوڑوں کے درد اور ورم میں اس کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے۔ جلے ہوئے مقام پر اگر اسی کا تیل چونے میں ملا کر لگایا جائے تو زخم ٹھیک ہو جاتے ہیں اور سوزش جلن جاتی رہتی ہے۔ جلے ہوئے مقامات کے زخموں کو سونے سے محفوظ رکھتا ہے۔ غلب میں اسی سے بہت سی ادویات تیار کی جاتی ہیں۔

(بقیہ: بیوٹی پارلر خطرناک ہیں)

اصولوں پر سختی سے عمل کرنے سے بعد میں چہل چسپی کیفیت سے واسطہ پڑتا ہے لیکن اس میں موثری عوامل کا بھی دخل ہے۔ پروفیسر مصوف کے خیال میں انفلکشن سے واسطہ پڑنے کے حوالے سے بچے کی زندگی کے پہلے پچھ ماہ سب سے اہم ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ان کی تحقیق کا یہ مطلب نہیں کہ ہم زمانہ قدیم کے دور کی طرف لوٹ جائیں کہ جب حفظان صحت کی جانب سے بے توجہی کے سبب بچوں کی شرح اموات بہت زیادہ تھی۔ بات بس اتنی ہے کہ حفظان صحت کے اصولوں کی اتنی زیادہ نگر نہ کریں کہ یہ خود ایک مسئلہ بن جائے۔ تو از ان قائم رکھنا بہر طور اہم ہے۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ یہ تحقیق ابھی ابتدائی مرحلے میں ہے تاہم ان کی تحقیق کے جو نتائج سامنے آئے ہیں وہ اس نظر سے مطابقت رکھتے ہیں کہ اگر جی پیدا کرنے میں مختلف عوامل کا فرما ہوتے ہیں۔ طبی ماہرین خون کے معائنے سے پتا چلا سکتے ہیں کہ بچوں کو انفیکشن لگنے والے ذرائع سے کتنا محفوظ رکھا گیا ہے۔ نیز یہ کہ اس کے نظام میں کتنے اور کس قسم کے صدا جسام (اینٹی باڈیز) ہیں؟

(بقیہ: بولتی زبان اچانک چھن گئی)

قسم کا زلزلہ آیا۔ میں نے محسوس کیا کہ کچھ ہونے والا ہے میں نے مرکز دیکھا تو ایک پہاڑ کا بہت بڑا حصہ ٹوٹ کر نیچے آ رہا تھا اور سیدھا نیچے دریا میں گر کر غائب ہو گیا۔ یہ روز کا معمول تھا اور ہم ان نظاروں کے عادی ہو چکے تھے۔ ہمارے کیمپ میں ایک مقامی لڑکا تھا جو کہ ہمارے کام میں ہمارا ہاتھ بٹاتا تھا۔ میں تو یہی سمجھ رہا تھا کہ یہ صاحب بول نہیں سکتا مگر سن سکتا ہے لیکن میری حیرانگی کی انتہا ہو گئی جب وہ ایک دوسرے مقامی شخص سے باتیں کر رہا تھا (یاد ہے کہ مذکورہ لڑکا جو کہ نہ بولتا تھا اور نہ ہی میں نے اسے کچھ کھاتے پیئے دیکھا تھا) لیکن اس کی حرکتیں کچھ اب نارمل سی تھیں۔ میں نے دوسرے سے پوچھا کہ یہ تو بولتا ہی نہیں تھا۔ ہم سمجھے یہ گونگا ہے مگر یہ تو تم سے باتیں کر رہا ہے۔ وہ دوسرا لڑکا جو کہ اس سے عمر میں کچھ بڑا لگا رہا تھا، نے بتایا کہ یہ میرا چھوٹا بھائی ہے۔ اس علاقے کے سب سے زیادہ مال دار ہم ہی تھے۔ یہ بویاک پہاڑ بالکل سفید نظر آ رہا ہے یہ زلزلے سے پہلے اس علاقہ میں سب سے زیادہ سبز پہاڑ تھا۔ اس کی چوٹی سے لکڑ اور یاںک زمین پر ہر قسم کا غلہ ہوتا تھا۔ گندم، جو، چاول، املوک کے درخت، بادام اور اخروٹ کے درخت اور دیگر قسم کی اجناس بھی پیدا ہوتی تھیں۔ ہم دونوں کی دو دو بیویاں تھیں اور ہمارے والد صاحب کی بھی دو بیویاں تھیں۔ ہم دونوں ایک ہی ماں سے تھے اس کے بھی بچے تھے اور میرے بھی۔ اس علاقے میں سب سے زیادہ بھیر مکیاں ہمارے پاس تھیں۔ اس طرح دیگر جانور بھی اور تیل اس کے علاوہ ہمارے تین غلہ کے گودام بھرے رہتے تھے۔ ہم بڑی خوش و خرم زندگی گزار رہے تھے اور ہم اسی عیش و عشرت کی زندگی میں تھیں کہ ہمیں اپنے بال بچوں اور ماں باپ کے سوا کچھ بھی تو نظر نہیں آ رہا تھا۔ ہم دیہاتی کے ہو کر رہ گئے اور پھر آن واحد میں جب زلزلہ آیا تو سب کچھ ماں باپ بیوی بچے، مال، مویشی، گودام سب کچھ دیکھتے ہی دیکھتے اس دریا میں غرق کر لیے۔ میں یہاں نہیں تھا۔ مگر یہ تو گھر پر ہی تھا کہ یہ قیامت ہم پر ٹوٹ پڑی اور ہمارا سب کچھ دریا برد ہو گیا۔ سب کچھ سے میرا مقصد یہ ہے کہ ہمارے گھر گودام اس کے آگے بھی بچے دو بیویاں اور اسی طرح میرے چھ بچے اور دو بیویاں کا بچہ بھی اور چار بھائی جو کہ چھوٹے تھے یہ سب آن واحد میں دریا نے بڑبڑ کر لیے۔ جس کا نتیجہ یہ آپ کے سامنے ہے۔ اس کے ذہن پر یعنی دماغ پر صدمے سے اس کا یہ حال ہو گیا کہ بولنا کھانا پینا بھول گیا۔ صاحب اس کیلئے دعا کریں کہ اللہ تبارک و تعالیٰ اس کو یہ صدمہ برداشت کرنے کی طاقت و ہمت عطا کرے۔

موٹاپا۔ بلڈ پریشر کو لیشرول۔ جوڑوں کا درد

خالص شہد بہن کی تین چار پوتھیاں، بچلوں کا سرکہ، لیمن ان سب کو گراؤنڈ کر لیں اور 8 دن کے لیے فریج میں رکھیں اور اسکو روزانہ وقفے سے چھج کے ساتھ ہلاتے رہیں اور نویں (9) دن کے بعد اس کو گھنٹ خالی پیٹ ایک چمچ استعمال کریں۔ موٹاپا، بلڈ پریشر اور جوڑوں کے درد کیلئے بہترین ہے۔

(شہناز مظفر۔ گجرات)

سانپ یا بچھو کے ڈسنے کا علاج

(1) جب سانپ یا بچھو (وغیرہ) ڈس لے اس پر سورہ فاتحہ پڑھ کر دم کیا جائے اور یہ دم کرنا سات مرتبہ ہو۔

(2) حضور اقدس ﷺ بحالت نماز میں ایک مرتبہ بچھو نے ڈس لیا۔ آپ ﷺ نے نماز سے فارغ ہو کر فرمایا کہ بچھو پر اللہ کی لعنت ہو۔ نہ نماز پڑھنے والے کو چھوڑتا ہے نہ کسی دوسرے کو۔ اس کے بعد پانی اور نمک منگوایا اور نمک کو پانی میں گھول کر ڈسنے کی جگہ پر پھیرتے رہے اور سورہ الکافرون، سورہ فلق اور سورہ الناس پڑھتے رہے۔

(3) حضرت عبداللہ بن زید بیان فرماتے ہیں کہ ہم نے حضور اقدس ﷺ پڑھ رہے جانور کے کانٹے کا رقیہ پیش کیا (جو کچھ پڑھ کر دم کیا جائے وہ رقیہ ہے) آپ ﷺ نے اس کو سن کر اجازت مرحمت فرمائی اور فرمایا کہ یہ جنت کے معاہدہ کی چیزوں میں سے ہے۔ یعنی اس کو سن کر جنت دور ہو جاتے ہیں کیونکہ ان سے عہد لیا گیا تھا کہ اس کو سن کر چلے جائیں گے وہ رقیہ یہ ہے۔ ”بِسْمِ اللّٰهِ شَجْعَةٌ قُرْبَىٰ مَلْحَةٌ بَخِي قَفْطًا“ (بندہ ریاض حسین مکر وال، میانوالی)

(بقیہ: عاشق الہی حضرت مولانا شاہ فضل الرحمن صاحب گنج مراد آبادی) شروع ہوشم کریں اور پڑھتے وقت حصار کے اندر نہیں۔ حصار کا قاعدہ یہ ہے کہ سات تار کا لے ریشم کے لے کر اس کو اپنے گرد دائرہ کی شکل میں بنالیں۔ منہ کھلا رہے اندر بیٹھ کر نہ بند رکھیں۔ صحت الفاعلی کے ساتھ دعا پڑھیں اور تمام شرائط عامل پیش نظر رکھیں اور جب دن پورے ہو جائیں بکری یا مرغ ذبح کر کے فقرا کو صدقہ کریں اور جس مقصد کیلئے پڑھیں گے حکم الہی سے پورا ہوگا۔ ان شاء اللہ۔

ہر مرض کے لیے مجرب

ایک شخص نے حضرت کو اپنی تکلیف بیان کی۔ حضرت نے فرمایا کہ تریاق مجرب سے کہاں غافل ہو یہ درود شریف پڑھا کرو۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰی رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَزْوَاجِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَلْبِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُلُوبِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَبْرِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُبُورِ

5 جب اس شخص نے یہ درود شریف پڑھا تو اس کا مرض اور تکلیف غائب ہو گئی وہ بالکل تندرست ہو گیا جیسے کبھی بیمار تھا ہی نہیں۔ دنیا کے سب علماء و سب کے سب درویش اس پر متفق ہیں کہ جو شخص کثرت سے درود شریف پڑھتا ہے وہ موت کی سختی سے محفوظ رہتا ہے (مرسلہ محمد ایوب تھڑا۔ تونسہ شریف)



(بقیہ: اسی استعمال کیجئے)

کھل جاتی ہیں اور زکام بہ جاتا ہے، اگر کسی کو کسی جگہ سے خون آرہا ہو تو اس کی جلی ہوئی راکھ چھڑکنے سے بند ہو جاتا ہے۔ اس موقع پر اس کی چھال کو جلا کر استعمال میں لانا مفید ہے۔ اسی کے پھولوں سے دل کو فرحت اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔ موسم سرما میں اسی کو بادام پستہ، شہی، شکر کے ہمراہ ایک طاقت ور غذا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اس سے کمر میں درد اور پیشاب کی زیادتی میں فائدہ ہوتا ہے۔ درموں کو تحلیل کرنے اور پھوڑے پھینکوں کو پکانے کی غرض سے اس کا پلٹس باندھنا ایک اچھی تدبیر ہے۔ پلٹس باندھنے سے درم بہت جلد تحلیل ہو جاتا ہے۔ بیرونی درم کے علاوہ اندرونی درموں مثلاً دات الریہ ذات العجب درم باربطون جوڑوں کے درم، عروق خشک کے درم، جگر کے درم، کھانسی اور دوسرے سوزشی مرضوں میں اسی کے تیلوں کا لپ مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس کیلئے اسی کے تیلوں کو کھوکھ کر استعمال کرنا چاہیے۔ اندرونی قسم کے درموں میں اسی کو موثر بنانے کیلئے اس میں سولہواں حصہ دانی شامل کی جائے۔ اگر جوڑوں کے درد میں اسی کے برابر وزن اسپنول کے ساتھ استعمال کیا جائے تو نتائج اور موثر ہو جاتے ہیں۔ پیشاب اور جیش کی رکاوٹ کیلئے اسی کی تین گرام مقدار کا استعمال کافی ہے۔ یہ مقدار روزانہ چند دن تک دی جائے۔ چھائیوں کی صورت میں سر کے میں جیش کر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے اور مہاسوں میں بھی اثر دکھائی ہے۔ آشوب چشم میں اعاب آگے کے چاروں طرف لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ اسی (ختم کٹاں) کو جیش کر شہد میں ملا کر چٹانے سے فائدہ ہوتا ہے اگر خشکی محسوس ہو تو اس میں مغز بادام مشرق بھی شامل کیے جاسکتے ہیں۔ اسی کا تیل بھی مفید ہے۔ اس کا مزاج گرم و تر ہے۔ درموں پر مالش میں فائدہ دیتا ہے۔ جوڑوں کے درد اور درم میں اس کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے۔ جلے ہوئے مقام پر اگر اسی کا تیل چوٹے میں ملا کر لگایا جائے تو زخم ٹھیک ہو جاتے ہیں اور سوزش جلتی جاتی رہتی ہے۔ جلے ہوئے مقامات کے زخموں کو سڑنے سے محفوظ رکھتا ہے۔ غلب میں اسی سے بہت سی ادویات تیار کی جاتی ہیں۔

(بقیہ: بیوٹی پارلر ز خطرناک ہیں)

اصولوں پر سختی سے عمل کرنے سے بعد میں چہل جیسی کیفیت سے واسطہ پڑتا ہے لیکن اس میں موردی عوامل کا بھی دخل ہے۔ برادیر موصوف کے خیال میں انفیکشن سے واسطہ پڑنے کے حوالے سے بچے کی زندگی کے پہلے چھ ماہ سب سے اہم ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ان کی تحقیق کا یہ مطلب نہیں کہ ہم زمانہ قدیم کے دور کی طرف لوٹ جائیں کہ جب حفظان صحت کی جانب سے بے توجہی کے سبب بچوں کی شرح اموات بہت زیادہ تھی۔ بات بس اتنی ہے کہ حفظان صحت کے اصولوں کی اتنی زیادہ نگرانی کریں کہ یہ خود ایک مسئلہ بن جائے۔ توازن قائم رکھنا بہر طور اہم ہے۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ یہ تحقیق ابھی ابتدائی مرحلے میں ہے تاہم ان کی تحقیق کے جو نتائج سامنے آئے ہیں وہ اس نظریے سے مطابقت رکھتے ہیں کہ اگر بیباک رہنے میں مختلف عوامل کا رد فرما ہوتے ہیں۔ طبی ماہرین خون کے معائنے سے پتا چلا سکتے ہیں کہ بچوں کو انفیکشن لگنے والے ذرائع سے کتنا محفوظ رکھا گیا ہے۔ نیز یہ کہ اس کے نظام میں کتنے اور کس قسم کے صدا اجسام (اغشی باذیر) ہیں؟

(بقیہ: بولتی زبان اچانک چمن گئی)

قسم کا زلزلہ آیا۔ میں نے محسوس کیا کہ کچھ ہونے والا ہے میں نے مرکز دیکھا تو ایک پہاڑ کا بہت بڑا حصہ ٹوٹ کر نیچے آ رہا تھا اور سیدھا نیچے دریا میں گر کر غائب ہو گیا۔ یہ دروز کا معمول تھا اور ہم ان نظاروں کے عادی ہو چکے تھے۔ ہمارے کمپ میں ایک مقامی لڑکا تھا جو کہ ہمارے کام میں ہمارا ہاتھ ملاتا تھا۔ میں تو یہی سمجھ رہا تھا کہ یہ صاحب بول نہیں سکتا مگر سن سکتا ہے لیکن میری حیرانگی کی انتہا ہو گئی جب وہ ایک دوسرے مقامی شخص سے باتیں کر رہا تھا (یاد رہے کہ مذکورہ لڑکا جو کہ نہ بولتا تھا اور نہ ہی میں نے اسے کچھ کھاتے پیتے دیکھا تھا) لیکن اس کی حرکتیں کچھ ایک نارمل سی تھیں۔ میں نے دوسرے سے پوچھا کہ یہ تو بول ہی نہیں تھا۔ ہم سمجھے یہ گونگا ہے مگر یہ تو تم سے باتیں کر رہا ہے۔ وہ دوسرا لڑکا جو کہ اس سے عمر میں کچھ بڑا لگ رہا تھا، نے بتایا کہ یہ میرا چھوٹا بھائی ہے۔ اس علاقے کے سب سے زیادہ مال دار ہم ہی تھے۔ یہ جو ایک پہاڑ بالکل سفید نظر آ رہا ہے یہ زلزلہ سے پہلے اس علاقہ میں سب سے زیادہ سرسبز پہاڑ تھا۔ اس کی چوٹی سے لکڑی یا تنک زمین پر جسم کا نلہ ہوتا تھا۔ گندم جو اڑ چاول، املوک کے درخت، بادام اور اخروٹ کے درخت اور دیگر قسم کی اجناس بھی پیدا ہوتی تھیں۔ ہم دونوں کی دو دو بیویاں تھیں اور ہمارے والد صاحب کی بھی دو بیویاں تھیں۔ ہم دونوں ایک ہی ماں سے تھے اس کے بھی بچے تھے اور میرے بھی۔ اس ملائے میں سب سے زیادہ ہمیں بکریاں ہمارے پاس تھیں۔ اس طرح دیگر جانوروں کا تیس اور بیل اس کے علاوہ ہمارے تین نلہ کے گودام بھرے رہتے تھے۔ ہم بڑی خوش و خرم زندگی گزار رہے تھے اور ہم اسی پیش و مشرت کی زندگی میں تھیں تھے۔ ہمیں اپنے بال بچوں اور ماں باپ کے سوا کچھ بھی تو نظر نہیں آ رہا تھا۔ ہم دنیا ہی کے ہو کر رہ گئے اور پھر آن واحد میں جب زلزلہ آیا تو سب کچھ ماں باپ بیوی بچے مال مویشی گودام سب کچھ دیکھتے ہی دیکھتے اس دریا نے ہم کو لے لیا۔ میں یہاں نہیں تھا۔ مگر یہ تو گھر پر ہی تھا کہ یہ قیامت ہم پر ٹوٹ پڑی اور ہمارا سب کچھ دریا برد ہو گیا۔ سب کچھ سے میرا مقصد یہ ہے کہ ہمارے گھر گودام اس کے آٹھ بچے دو بیویاں اور اسی طرح میرے چھ بچے اور دو بیویاں 5 نہیں اور چار بھائی جو کہ چھوٹے تھے یہ سب آن واحد میں دریا نے بڑپ کر لے لیے۔ جس کا نتیجہ یہ آپ کے سامنے ہے۔ اس کے ذہن پر یعنی دماغ پر صدمہ ہے اس کا یہ حال ہو گیا کہ بولنا کھانا پینا بھول گیا۔ صاحب اس کیلئے دعا کریں کہ اللہ تبارک و تعالیٰ اس کو یہ صدمہ برداشت کرنے کی طاقت و ہمت عطا کرے۔

موٹاپا۔ بلڈ پریشر کو لیشرول۔ جوڑوں کا درد

خالص شہدائیں کی تین چار پوتھیاں، پھلوں کا سرکہ، لیموں ان سب کو گراؤںڈ کر لیں اور 8 دن کے لیے فریج میں رکھیں اور اسکو روزانہ دو قفے سے پیج کے ساتھ پلائے رہیں اور نویں (9) دن کے بعد اس کو گوج خالی پیٹ ایک چمچ استعمال کریں۔ موٹاپا، بلڈ پریشر اور جوڑوں کے درد کیلئے بہترین ہے۔

(شہناز مظفر۔ گجرات)

سانپ یا بچھو کے ڈسنے کا علاج

- (1) جب سانپ یا بچھو (وغیرہ) ڈس لے اس پر سورہ فاتحہ پڑھ کر دم کیا جائے اور یہ دم کرنا سات مرتبہ ہو۔
- (2) حضور اقدس ﷺ کو بحالت نماز میں ایک مرتبہ بچھو نے ڈس لیا۔ آپ ﷺ نے نماز سے فارغ ہو کر فرمایا کہ بچھو پر اللہ کی لعنت ہو۔ نہ نماز پڑھنے والے کو چھوڑتا ہے نہ کسی دوسرے کو۔ اس کے بعد پانی اور نمک منگوایا اور نمک کو پانی میں گھول کر ڈسنے کی جگہ پر پھیرتے رہے اور سورہ الکافرون، سورہ قلن اور سورہ الناس پڑھتے رہے۔
- (3) حضرت عبداللہ بن زید بیان فرماتے ہیں کہ ہم نے حضور اقدس ﷺ پر زہریلے جانور کے کاٹے کا رقیہ پیش کیا (جو کچھ پڑھ کر دم کیا جائے وہ رقیہ ہے) آپ ﷺ نے اس کو سن کر اجازت مرحمت فرمائی اور فرمایا کہ یہ جنات کے معاہدہ کی چیزوں میں سے ہے۔ یعنی اس کو سن کر جنات دور ہو جاتے ہیں کیونکہ ان سے عہد لیا گیا تھا کہ اس کو سن کر چلے جائیں گے وہ رقیہ یہ ہے۔ "بِسْمِ اللّٰهِ شَجْعَةٌ قَرْنِيَّةٌ مِّلْحَةٌ بَحْيِي قَفْطًا"

(بقیہ: عاشق الہی حضرت مولانا ثناء الرحمن صاحب مہج مراد آبادی) شروع ختم کریں اور پڑھتے وقت حصار کے اندر نہیں۔ حصار کا قاعدہ یہ ہے کہ سات تار کا لے ریشم کے لے اس کو اپنے گرد دائرہ کی شکل میں بنالیں۔ من گھڑا ہے اندر بیٹھ کر منہ بند رکھیں۔ صحت الفاعلی کے ساتھ دعا پڑھیں اور تمام شرائع عامل پیش نظر رکھیں اور جب دل پورے ہو جائیں بکری یا مرغ ذبح کر کے فقرا کو صدقہ کریں اور جس مقصد کیلئے پڑھیں گے حکم الہی سے پورا ہوگا۔ ان شاء اللہ۔

ہر مرض کے لیے مجرب

ایک شخص نے حضرت کو اپنی تکلیف بیان کی۔ حضرت نے فرمایا کہ تریاق مجرب سے کہاں غافل ہو، یہ درود شریف پڑھا کرو۔  
بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰی رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَزْوَاحِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَلْبِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُلُوبِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی جَسَدِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَبْرِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُبُورِ ۝ جس شخص نے یہ درود شریف پڑھا تو اس کا مرض اور تکلیف غائب ہو گئی وہ بالکل تندرست ہو گیا جیسے کبھی بیمار تھا ہی نہیں۔ دنیا کے سب علماء اور سب کے سب درویش اس پر متفق ہیں کہ جو شخص کثرت سے درود شریف پڑھتا ہے وہ موت کی تلخی سے محفوظ رہتا ہے (مرسلہ: محمد ایوب تھہرانی۔ تونسہ شریف)



(بقیہ: کجگورثا، دو اور غذا)

بعض لوگ اس کی غلطی نکال کر اس میں مکھن بھر کر کھاتے ہیں۔ چکنائی حاصل کرنے کا یہ سائنسی طریقہ ہے۔ اسے مختلف پکوانوں کی صورت میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ بس صاف ستھری کجگورثا مفید ثابت ہو سکتی ہیں۔ اہل عرب کجگورثا اور آب زم زم کا خوب استعمال کرتے ہیں جو غذایت کیلئے تعلیم بخش ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے مختلف اشجار پودوں اور جڑی بوٹیوں میں جانداروں کیلئے بڑے بڑے فائدے جمع کر رکھے ہیں۔ جو ان کی صحت کیلئے بہت کارآمد ہیں۔ انسان خصوصاً بڑا خطا کار ہے مگر خالق کائنات بڑا رحیم و کریم ہے۔ بقول شاعر:

ظنائیں دیکھتا بھی ہے، عطائیں کم نہیں کرتا  
سمجھ میں آ نہیں سکتا کہ وہ اتنا مہرباں کیوں ہے

(بقیہ: ایک معالج باپ کی المٹاک و استان)

بنا پر مسود کے خاندان والے تھے جو خاندانی معالج کی حیثیت سے بھی جانتے تھے۔ مسود کی شادی زریں سے ہوئی۔ چھ ماہ ہی ہوئے تھے کہ ایک ناخوشگوار واقعہ کی بنا پر وہ اپنے گھر والوں سے ناراض ہو کر فوج میں داخل ہو گیا اور ایک ماہ کے عرصے میں لام پھینچ دیا گیا۔ اگرچہ باپ نے بہت روکا لیکن مسود کی ضدی اور حساس طبیعت نے باپ کی بات ماننے سے انکار کر دیا۔ مسود کو جس قدر زریں سے محبت تھی اس سے زیادہ ہی زریں کو مسود سے الفت تھی کیوں کہ بچپن سے دونوں ساتھ پڑھے پلے کھیلے اور ساتھ ساتھ جوانی میں قدم رکھا۔ مسود کے فطرتاً آتے رہے لیکن تین چار ماہ بعد یہ سلسلہ یکایک ٹکٹ گیا۔ زریں اس صدمہ میں کھلتی رہی۔ آخر کار جب مسود کی زندگی کی امیدیں ختم ہو گئیں تو زریں کی قوت مدافعت جو پہلے ہی کمزور ہو چکی تھی اب بالکل جواب دے گئی اور وہ دیکھتے دیکھتے وحی کے آخری دور سے پرہیز گئی۔ اس کی زندگی کی کوئی امید باقی نہ رہی۔ لیکن جس کو اللہ رکھے اس کو کون چکے الٹائی ختم ہو چکی تھی اور زریں اپنی زندگی کے آخری دن گمن رہی تھی کہ مسود کا تارا پچھتا کہ بہت جلد واپس آئے والا ہے۔ اس خبر نے زریں پر سیسائی کا کام کیا۔ اس کی ذہنی ہوئی انہیں تیز ہو گئیں جسم میں توانائی آنے لگی ایک مہینے میں کافی حالت سدھر گئی۔ پچھپھپوں کے دھم مندل ہونے لگے۔ تیسرے مہینے تک آدھے زخم بھر چکے تھے۔ مسود کی آمد نے سونے پر سہاگے کا کام کیا۔ چھ مہینے میں انکھرے بالکل صاف تھا۔ زریں کی صحت پالی ایک مہینے سے کم تھی۔ اب بھی کبھی کبھی یہ سوچتا ہوں کہ یہ محبت کی جھڑپائی تھی یا قدرت کا ایک ادنیٰ کرشمہ۔

(بقیہ: جب مخلوقات کو خیر کرنا ہو)

كَمَا صَلَّيْتَ وَ سَلَّمْتَ وَ بَارَكْتَ وَ رَحَّمْتَ  
عَلَىٰ اِبْرَاهِيْمَ وَ عَلٰى آلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ  
مُجِيْدٌ اسی ترکیب کے ساتھ صبح عشاء یا عصر کی نمازوں میں سے کسی نماز کے بعد پڑھ لیا کرے۔ مخلوقات میں ہر دوزخ ہوگا اور ان کو اپنا فرمانبردار پائے گا۔

(ایسے بے مثال باکمال وظائف اور عملیات کیلئے ”کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات“ کتاب پڑھیں)

(بقیہ: مسرت انگیز ازدواجی زندگی کے چھ اصول)

ہوتا۔ اصل میں اس بے رخی کا سبب یہ ہے کہ ان کے نزدیک ازدواجی زندگی اہم ہی نہیں ہوتی۔ دوسری ذمہ داریوں دوسرے لوگوں بچوں والدین اور تفریح کیلئے وہ وقت نکال لیتے ہیں کیونکہ وہ ان کے نزدیک اہم ہیں۔ وہ ازدواجی زندگی کی قیمت پر زندگی کا مکمل جاری رکھتے ہیں۔ مگر وہ غلطی پر ہیں۔ ان کو معلوم ہی نہیں کہ ازدواجی زندگی بنیادی یونٹ ہے۔ یہ یونٹ جس قدر مضبوط ہوگا اسی قدر مضبوط باطنی نظام بھی ہو جائے گا۔ ایک مشہور کہادت ہے کہ ہم جو بوئے ہیں وہی کاٹتے ہیں۔ اگر یہ کہادت درست ہے تو پھر اس میں تعجب کی کیا بات ہے کہ ہمارے زمانے میں اکثر ازدواجی زندگیوں بے مزہ اور ناخوشگوار ہیں۔ ذرا تصور کیجئے کہ اگر ہم اپنے کام کاج پر ازدواجی زندگی جتنی توجہ اور وقت صرف کریں تو اس کا نتیجہ کیا ہوگا؟ اس سوال کا جواب بس یہ ہے کہ ”ہم بھوکے مر جائیں گے“ ڈاکٹر پال پیر سال کا کہنا ہے کہ انہوں نے اپنے کلینک میں پانچ ہزار سے زیادہ جوڑوں کے امتحان سے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ کام فینڈ اور ایسی ہی دیگر مصروفیات کے بعد جو وقت بچتا ہے اس کا بھی عام جوڑے صرف ایک فیصد حصہ اکٹھے کر لیتے ہیں۔ ظاہر ہے کہ اس صورت میں مسرت انگیز ازدواجی زندگی حاصل نہیں ہو سکتی ہے۔

(5) محبت کی تکنیک اپنائیے: اکثر مہیاں بیوی شکایت کرتے ہیں کہ ان کے درمیان ہم آہنگی کا فقدان ہے۔ جنسی امور سمیت کسی معاملے میں بھی وہ ایک دوسرے سے ہم آہنگ نہیں۔ ان لوگوں کیلئے مشورہ یہ ہے کہ وہ محبت کی تکنیک استعمال کریں۔ یہ تکنیک دوسرے کی بات سننے، جائزہ لینے، تصدیق کرنے اور ہمدردی کرنے سے عبارت ہے۔ اپنے ساتھی پر روزانہ کم سے کم ایک بار یہ تکنیک آزمائیے۔ یہ سیدھی سی تکنیک ہے۔ چنانچہ اپنے ساتھی کی باتیں توجہ سے سنئے اس کو بولنے اور یادہ باتیں کرنے پر آمادہ کیجئے۔ اس کی حرکات کا بغور جائزہ لیجئے۔ ان میں دلچسپی ظاہر کیجئے اور باہمی محبت کی تصدیق کرتے رہیے۔ محبت کے الفاظ دہرانے سے وقت ضائع نہیں ہوتا بلکہ ان کی تاثیر بڑھ جاتی ہے۔

(6) انتظار میں مت رہیے: ہم سب اچھے دنوں کے منتظر رہتے ہیں۔ ہم اس دن کی آس لگاتے رہتے ہیں جب سب مسئلہ حل ہو جائیں گے۔ ہم خوش حال اور فارغ البال ہوں گے۔ چاروں طرف بہار کا سماں ہوگا اور پھول ہی پھول کھل اٹھیں گے۔ مگر ایسا دن کبھی نہیں آتا۔ دنیا کا اپنا چلن ہے۔ وہ خود کو ہماری خواہشوں کے مطابق نہیں ڈھالا کرتی۔ اپنی روش پر قائم رہتی ہے۔ لہذا ہمیں اچھے دنوں کا انتظار چھوڑ کر ہمارے پاس جو وقت ہے اس سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانا چاہیے۔ اکثر جوڑے یہ پیار و محبت کے کونوں کیلئے تین باتوں کا انتظار کرتے ہیں۔ وہ جانتے ہیں کہ بچے سو جائیں خود نو بندہ پر جانے کیلئے تیار ہوں اور تیسرے یہ کہ کرنے کیلئے کوئی اور کام نہ ہو۔ ظاہر ہے کہ ایسا وقت مشکل سے ہی ہاتھ آتا ہے۔ پھر اس کا انتظار کیوں کیا جائے؟ ہرگز نہیں وقت ہمیشہ ہمارے پاس موجود نہ رہے گا۔ ہم وقت کو ادبی سمجھتے ہیں۔ یہ خطرناک فریب ہے وقت تو فحشی میں بند ریت کی طرح ذرہ ذرہ کر کے ٹکٹا چلا جا رہا ہے۔ اس کو تمام کیجئے موجودہ لمحے سے ہی فائدہ اٹھائیے۔

جنسی انجنسوں کا حل خود ازدواجی زندگی میں پوشیدہ ہوتا ہے۔ آپ تخلیقی انداز میں پر خلوص کوشش کریں تو مسائل کا حل مل جائے گا۔ ڈاکٹر پال پیر سال کا مشورہ یہی ہے اور وہ یہ بھی کہتے ہیں کہ جس قدر ممکن ہو جنسی امور کے نام نہاد ماہرین سے دور رہیے۔ ہمارے عہد کی ازدواجی زندگیوں کو سب سے زیادہ ان لوگوں نے ہی خراب کیا ہے۔ حال ہی میں مجھے ہسپتال جانے کا اتفاق ہوا۔ وہاں ایک کمرے کے سامنے ایک جوڑا ایک دوسرے کا ہاتھ تھامے کھڑا تھا دونوں کے چہرے خوشی سے دھک رہے تھے۔ وہ کارل اور لیزا تھے۔ ”کسی بیت رہی ہے؟“ ”نہیں نے پوچھا۔“ ”ہم مزے میں ہیں۔“ ”کارل نے جواب دیا۔“ ”ہم چچا کی عیادت کیلئے آئے تھے تو یہاں بھی چلے آئے۔ یہ یہی کرہ ہے ناں جہاں ہم کو دوسرا موقع ملا تھا۔“

☆☆☆

(بقیہ: فاقوں سے بھرپور زندگیاں)

دو چار ہوئے ہیں۔ آج پر خوردی ہی تمام امراض کا سبب ہے اور اگر فاقہ کیا جائے تو اس کے فوائد واضح ہوتے ہیں۔ یہ دھوکے کے ڈاکٹر یوف کون مشہور ماہر یہودی ہے، جو مبلغ بھی ہے اور معالج بھی۔ وہ علاج فاقہ سے کرتا ہے۔ ان جیسے امراض کا تعلق غذائی پرہیزی سے ہے۔

شوگر (Diabetes)

دل کے امراض (Heart Diseases)

معدے کے امراض (Stomach Diseases)

دماغی امراض (Mental Diseases)

جدید سائنس اب فاقے کی طرف مائل ہوئی ہے جبکہ حضور اکرم ﷺ کی زندگی، صحابہ کرامؓ اہل بیت اور اولیاء و عظام کی زندگیاں فاقے سے لبریز ہیں۔ مگر دوسری طرف ان کا جہاد، علمی کارنامے، تبلیغی کوششیں دیکھی جائیں تو عقل دنگ رہ جاتی ہے۔ دراصل جس چیز کو آج ہم نے عار سمجھا ہمارے اسلاف نے اس کو اپنا کر دنیا اور آخرت میں عزت اور مقام حاصل کیا۔ انفس آج اسی چیز کو کافراں پر دنیا میں نفع لے رہا ہے لیکن مسلمان محروم ہیں۔ یعنی منکرین قرآن و اسلام دین کے فوائد لے رہے ہیں اور حاکمین قرآن و اسلام اس سے محروم ہیں۔

(بقیہ: اپنے بچے کا حوصلہ بلند رکھیں)

”مرضی“ کے مقابلے میں ”حوصلہ“ کمزور ہوتا ہے۔ بچے کا حوصلہ اس کی مرضی کے مقابلے میں بے حد کمزور ہوتا ہے۔ وہ ایک ایسے نازک پھول کی طرح ہوتا ہے جس کو بڑی آسانی سے توڑ کر پال کیا جاسکتا ہے۔ حوصلے کا تعلق ہوتا ہے ذاتی قدر و قیمت پر۔ انسانی فطرت میں یہ خصوصیت بڑی نازک ہوتی ہے۔ اگر آدمی کا مذاق اڑایا جائے یا اسے سزا دیا جائے تو حوصلہ مجروح ہو جاتا ہے۔ اب یہاں پر پھر ایک سوال یہ اٹھ کھڑا ہوتا ہے کہ آخر کون سی ترکیب اختیار کی جائے کہ حوصلہ بھی بڑھ کر اور مرضی کو بھی ڈھال لیا جائے؟ یہ کام مقبول حد بندی کے ذریعہ سے پائے نہیں کونچ سکتا ہے اور یہ حد بندی محبت کے ذریعہ سے کی جانی چاہیے۔ بچے کو یہ احساس کبھی نہ دلایا جائے کہ وہ بے کاریاں فصول ہے یا بے وقوف اور بد صورت ہے یا دھوکہ خوروں کے لیے ایک بو بھ ہے۔ بچے کی قدر و قیمت پر اگر اس طرح کا کوئی حملہ کیا جاتا ہے تو وہ بڑا اتاہ کن ہوتا ہے۔ بچے سے یہ کبھی نہ کہنا چاہیے کہ ”تم کہتے گندے ہو“ یا یہ کہ ”تم اپنی بہن کی طرح اول کیوں نہیں آتے؟“ یا یہ کہ ”جس دن سے تم پیدا ہوئے ہو ہم سب کے لیے ایک مصیبت بنے ہوئے ہو“ اس بات کو ایک بار پھر نوٹ کر لیجئے کہ بچے کے حوصلے کو پست کیے بغیر اس کی مرضی کی تشکیل کرنا ہمارا مقصد ہے۔



## بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کراچے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے غم حال مریض تملی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین چاہیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زبردستی اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لا علاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

## پتھری، ڈائلا سز اور پیشاب کے غدود لا علاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر درم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی تالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جزی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کرٹیشن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائلا سز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لا جواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رک رک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بوڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

## کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آچکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ امفیکٹ نہیں) جو خالص جزی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے ہیٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تھکا اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنادے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی، ہر قسم کی طاقت اور فطرس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

## شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، ہستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردستی، ناگوں کا درد، گھٹنوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن، تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزار، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندر سے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور ٹھہریاں زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہے۔ اگر چہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص

## چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنادیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے، الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ امفیکٹ نہیں۔ نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمد للہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔